

སྐྱུང་པུ་འདྲིན་ཆེན་པོ་ལ་

མཁའ་འཕྲིན་མཁའ་པ་

SMANDPYAD RIN CHEN 'DUS PA
A TSARA 'TSMANNGAG

BY
MIE LHA PHYAG RDUM

Edited by Dr. Tashi Y. Tashigang

Delhi 2005

སྐུན་དཔྱད་རིན་ཆེན་འདུས་པ་ཨ་ཅ་ར་འི་མན་ངག་

Sman dpyad rin chen 'dus pa a tsa ra'i man ngag

**A collection of rare medical instructions of the
tradition of Bha ro Phyag rdum**

Edited and arranged by Dr. Tashi Y. Tashigang
Reproduced from a rare manuscript collection from
the library of O rgyan Rnam rgyal, Delhi

Delhi 2005

SMANRTSIS SHESRIG SPENDZOD

Volume 150



All Rights Reserved
2005

ISBN 81-807693-0

Published by
Dr. T. V. Tashigang
L-124/125, Laxmi Nagar,
Delhi-110092 (India)

Printed at
Bharat Offset,
Qasimjon Street,
Ballimaran, Delhi-6



འགྲོ་ཁྱེན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལོགས།

ཡོན་ཏན་ཁྱེན་གཏེར་སྐྱེན་གྱི་སྒྲ།

GRO KUN MTSHAN DANG DPE BYAD SOGS
YON TAN KUN GTER SMAN GYI BLA



DEDICATED TO THE MEMORY OF
MY TEACHER VEN. MKHYEN RAB NOR BU
FOUNDER OF THE LHASA MENTSI KHANG

PREFACE

The author of this medical text is Me lha Pkyag rdum, Me lha or Agnideva, the round hand man. He was a famous physician of his time in Western India, probably, the Sindh province of present Pakistan.

He belongs to a hereditary physician family whose great grand father was the Sage physician Shanti garbha, who visited Tibet in the 8th century, during the period of the Emperor Khri strong lde bstan. The son of Shanti garbha was Upadhesa, whose son was Jinamitra. Me lha was the son of Jinamitra.

It is stated that Me lha's intimate relationship with the queen came to known to public and due to this misconduct his hand was cut. Thus, he became a man with a round hand. His life was spared due to his profound knowledge of medicine. Instead of receiving capital punishment, he was sent to exile and thus, he reached Western Tibet in the 11th century when King Rtsa lde was the ruler of Purang and Guge.

His misfortune in life became a fortune for the people of Tibet. He

was received well and spent his life in Tibet where he made an enormous contribution in the field of medical science. Jinamitra accompanied Me lha to Mtho ling, the capital of Western Tibet and passed on his experiences to him orally without any reservation.

In Tibet, he became active from the very beginning. In due course of time, he produced many physicians as his disciples. The physician Nyang of Western Tibet became his first student. Afterwards, he proceeded to Yer pa in Central Tibet where Mtha' bzhi, Dgon, Stong and Ze'u sman pa received teachings on medicine from him. Many more students learnt from him and became specialist in various aspects of treatment.

The name of this text in Sanskrit is known by name Ratnapayadza. It is a book written by the physician Me lha. The text is a collection of oral teachings transmitted by Jinamitra, the father of Me lha.

It deals with the general causes of illness. The signs and symptoms, the classification of diseases and methods of treatment

have been described rationally. In this text, various contraindications in certain cases of treatment and operation have been explained precisely. In fact, it projects the various experiences, which a great physician like Jinamitra had gained in his medical career.

I wish to thanks Mr. Tashi Rab gyas and to my son, Dr. Tsering P. Tashigang, and all my other colleagues for their advices and valuable suggestions in the preparation of this edition. Any further corrections, comments, or feedback from readers would be appreciated.

2005

Dr. T. Y. Tashigang

CONTENTS

RGYUJ RIM.....	1
Series of lineage	
DE LA SKYED PA'I RGYU GSUM.....	3
Three causes of diseases	
NAD LA 'JUG PA'I SGO DRUG.....	4
Six entrances of diseases	
NAD LA 'JUG PA'I SGO DRUG GYI RTAG GSO THABS.....	12
Symptoms & treatment of six entrances of diseases	
LDOG PA'I RGYU BCU GNIS NI.....	17
Imbalance of bile and phlegm when wind disorders have already been remedied	
SURYA DON LA ZIN PA.....	18
Cancer of solid organs	
BCOS THABS BCU BDUN.....	21
Seventeen methods of treatment	
RTSA BSHAL KYI PHAN YON LINGA.....	23
Five benefits of purgation	
SMA SMAN GTONG DU MI RUNG BA LINGA.....	25
Five instances when medicine cannot be administered through nose	

ME BTSA' MI RUNG BA GSUM.....	26
Three instances when moxablation cannot to be applied	
NI RU HA MI RUNG BA NYI SHU.....	27
Twenty instances when medicine cannot be administered through the rectum	
PHO BA'I ME DROD ZING GI SA BZI DANG 'DRA ZES PA NI...30	
Stomach as a reservoir for food that act as a conduit, and further processing of substrate by an intermediary organs, which provide energy to all the bodily parts at all levels	
BLA SMAN ME LHA'I GDAMS PA.....	33
Oral teachings of physician Me lha	
NAD KYI GZI BSTAN PA SOGS.....	43
Basis of illness & miscellaneous	
MA HA DHE BA'I MAN NGAG.....	51
The oral teaching of Maha deva	
SKYUGS KYI BAD KAN BCOS THABS SOGS.....	53
Method of treatment of stomach illness	
LBA BA'I DPYAD SOGS KYI SKOR.....	55
Surgery of goiter	
SGO DRUG SOGS BCOS THABS MDOR BSDUS.....	61
Brief treatment of six entrances of diseases	
NOR BCOS.....	66
Corrections	

དཀར་ཆག

རྒྱ་ལྗོངས་.....	1
དེ་ལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ལ་སྤྱོད་པ་.....	3
ནད་ལ་བརྟུག་པའི་རྒྱ་ལ་.....	4
ནད་ལ་བརྟུག་པའི་རྒྱ་ལ་གི་རྟུག་པ་ལོ་ཐབས་.....	12
རྟུག་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟུག་པ་.....	17
སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ལ་ཐོན་པ་.....	18
བཅོས་ཐབས་བརྟུག་པ་.....	21
རྟུག་པའི་རྒྱ་ལ་ཐོན་པ་.....	23
རྒྱ་ལ་གི་རྟུག་པ་.....	25
མེ་བཅོམ་མི་རུང་བ་གསུམ་.....	26
མི་རུང་མི་རུང་བ་ཐོན་པ་.....	27

ཕོ་བའི་མེད་མོང་གི་སྐབས་ཤིང་དང་འདྲ་ཞེས་པ།	30
འབྲུག་མེ་ལྔའི་གདམས་པ།	33
ནད་རྒྱ་གཞི་བསྐྱེད་པ།	43
མ་ལྷ་རྩེ་བའི་མཛད་གཞི།	51
རྒྱ་གསུམ་གྱི་འདུག་པར་བཅོས་ཐབས་སོགས་པ།	53
ཕོ་བའི་དཔྱད་སོགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ།	55
སྒྲོམ་གྱི་སོགས་བཅོས་ཐབས་མཛོད་བསྐྲུས།	61
ནོར་བཅོས་པ།	66

༩༩། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རྒྱ་པ་ཡ་མི་ བོད་སྐད་དུ། རིན་ཆེན་འདུས་པ་
 བེད་ཀྱི་འོད་ལ་རྒྱག་པ་ཚེ་ལོ། རྒྱ་གར་རིན་མི་དཔྱ་སྐྱོན་གྱིས། རྒྱ་གར་
 རྒྱ་ནག་བཅོལ་བའི་མཛད་གཞི། །དཔྱད་བསྐྱེད་ཐབས་མང་པོའི་ཉམས་སྦྱོར་
 མཛོད་བསྐྲུས་པའི། །ལག་རྒྱུ་སྐུ་ལ་གནང་བ་ལགས། རྩིང་དང་འདྲ་བའི་
 བུ་ལ་རིམ་པར་བརྒྱན། །རྟེན་སྒྲོམ་བརྒྱ་དང་ལྷ་མ་རྩུ་ཅུ་བརྒྱད་པ། །སྤྱི་རྒྱ་
 བསྐྲུས་པ་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་གནས། །དེ་ལ་མི་ལུ་སྐྱ་རྩེན་ལས་ལྷུང་པ་པའི།
 །བཤད་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི། དེ་འི་གཉེན་པོ་སྤྱོད་ཅུ་གཉིས། །གསོལ་པའི་ཡན་
 ལག་སྐུ་མ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཡོད་པ་ལས། རིན་མི་དཔྱི་བཞེད་གཞུང་གིས། །ནད་
 བྱི་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་ཡང་། །ཐིན་ཐིག་དུག་ཅུ་ཅུ་གཉིས་སུ་འདུས། སྤྱོན་མི་སྤོང་
 ཅུ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། །མདོད་ན་ཉི་ལྷ་ཅུ་བརྒྱད་དུ་འདུས། །གསོལ་པའི་ཡན་
 ལག་སྐུ་མ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཡང་། །ལག་ལེན་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་དུ་འདུས། དེ་
 རྒྱས་ཀྱང་བཤད་ན་ཚ་གྲང་གཉིས་སུ་འདུས། སྤྱོན་མི་ཞི་སྤྱང་གཉིས་སུ་
 འདུས། །དཔྱད་དུ་གཏར་བསྐྱེག་གཉིས་སུ་འདུས། །དེ་ལ་ཐིན་ཐིག་དུག་ཅུ་
 ཅུ་གཉིས་ལ། །ནད་རྩེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་གསུམ། མདོད་ན་བསྐྲུས་པ་གཉིས།
 །འཇུག་པའི་སྒྲོམ་པ་བརྟེན་པའི་གནས་གསུམ། རྒྱ་བའི་ལམ་བཅོལ། བ་སོ་

ཡུལ་དུ་མ་དགྲ། གཉེན་པོ་གསུམ། རྩོག་པའི་རྒྱ་བརྩུག་ཉིས། རྩོག་གཅོད་
 པར་བྱེད་པའི་ནད་དགྲ། ལྷན་གྱི་མདོ་དོན་ཉི་ལྔ་རྒྱ་བརྩུག་ལ། རོ་དུག་རྣམས་
 པ་བརྩུག་། ལུ་རྩེས་གསུམ། རྩུར་ཐངས་ལྷ། ཡན་ལལ་དུག་གོ། ལག་ལེན་
 བཞི་བརྩུར་བརྩུག་ལ། བརྩུག་ཐངས་རྣམས་པ་བརྩུག་། བཅོས་པའི་ཐངས་ལ་
 བརྩུ་ཡད་ན། ལྷན་པའི་རྒྱ་ལྷ། རྩུར་རུང་བདད་མི་རུང་བ་གཉིས། ཚེ་ཡར་མི་
 གཏར་བ་ལྷོ། གྲང་ཡར་མི་བསྐྱེད་པ་གཅིག། བཟར་ཐག་རྩུར་དགོས་པའི་
 ནད་གཉིས། དམན་ཐག་བཞག་དགོས་པ་གཉིས། གྲང་ཡར་གཏར་དགོས་པ་
 གཉིས། ཚེ་ཡར་བསྐྱེད་དགོས་པ་གཉིས། མི་འདད་པའི་བཅོས་ཀ་གསུམ་
 མོ། །འདི་དག་ནི་ལྷན་ནད་བྱུང་དུ་བསམ་སྤྱིའི་དོན་བརྩུས། རྒྱ་གར་མཁས་པ་ཇི་
 ན་མི་དམ་མཛད་། །ལག་རྒྱུ་རོས་ཀྱིས་ཤོད་ཡུལ་དུ་མ་ལུ་ལྷ་བརྩུར་། །མཁས་
 པ་སྤོང་ལྷན་ལྷག་རྒྱུང་ལ། །མན་དག་རྩྭ་ན་པས་ད་ལྟོ་དེ་ལ་ལྷ། །དམ་ཚིག་
 ཉམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩེས་མི་འབྲང་། །མན་དག་མེད་པས་བཅོས་མ་བསྐྱེས་
 མ་བྱས། །རྟེན་པར་ཞེས་བྱ་བ་ཤོད་པ་མང་པོ་རྩུང་། །འདི་ལི་མན་དག་འདུལ་
 པ་གཞན་ལས་འཕགས། །སྤོང་གི་རྟེན་མོར་རྩྭ་དོན་གྱི་རྩ་པའི་ཚིག་པ་བརྩུ་དང་
 ལུ་མ་རུ་བཞེད་པའི་རྩ་ཚིག་རྩོགས་མོ། །

མ་དུ་ལྷོ་ལ་ཇི་ལ་ན་མོ་། དེ་ལ་བྱེད་པའི་རྒྱ་གསུམ་ནི། འདོད་ཆགས་
 ལས་རྒྱུར་། ཞེ་རྒྱང་ལས་མཁྱེས་པ། གཏི་ལུག་ལས་བད་ཀན། དེ་རྣམས་ལ་
 ཡར་རྒྱུང་བརྩུར་གཅིག། མཁྱེས་པ་བརྩུར་ཅ་གཅིག། བད་ཀན་བརྩུར་གཅིག།
 ལྷན་འདུལ་པ་བརྩུར་གཅིག། རྩེ་བཞི་བརྩུར་བཞི་པོ་། དེ་ཡར་ཉེ་པའི་རྒྱ་དང་།
 རིང་པའི་རྒྱ་གཉིས་ཏེ། རིང་པའི་རྒྱ་ནི་དུག་གསུམ་མོ། ཉེ་པའི་རྒྱ་ནི་ནད་
 གསུམ་མོ། དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱ་མའི་གཤེད་། མའི་གཤེད་ཀྱི་སྤེལ་ལྷོ། སྤེད་
 ལེན་གྱི་རྒྱ་ལས་མ་དག་པོ། དེ་བས་ན་ནད་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱ་ནི་ལས་མ་དག་
 པ་ལས་བྱུང་བའོ། དེ་ཡར་ཕན་བྱེད་གྱི་རྒྱུང་ལྷོ། ལྷོ་རྒྱ་རྒྱ་པའི་རྒྱུང་དང་།
 ལྷར་མེལ་གྱི་རྒྱུང་དང་། མེད་མཉམ་དུ་གནས་པའི་རྒྱུང་དང་། རྩོག་པ་ཇི་ན་
 པའི་རྒྱུང་དང་། ལྷ་བྱེད་གྱི་རྒྱུང་དོ། མཁྱེས་པ་ལྷོ། གསུལ་བྱེད་དང་།
 འཇུ་བྱེད་དང་། མདོ་ག་རྒྱུར་དང་། ལྷ་བྱེད་དང་། མཐོང་བྱེད་དང་ལྷོ།
 བད་ཀན་ལྷོ། རྟེན་བྱེད་དང་། ལྷག་བྱེད་དང་། ལྷོང་བྱེད་དང་། ཚོམ་བྱེད་
 དང་། འཕྱོར་བྱེད་དང་ལྷོ། གཞོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུང་ནི། ལས་ལྷ་ཚིགས་
 བྱེད་པས་བཅོས་ཀྱང་དག་པོ། མཁྱེས་པ་ནི་མེ་མཆོད་པ་དང་འདུ་སྤེ། ལྷག་དང་
 ཚོད་པ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་པའོ། ལྷར་དུ་རྩོག་པ་ཚོ་ལ་ཏེ་འོང་བས་། བཅོས་

[illegible]

ལ་ཞེན་པ་ཤིང་རུང་དཀར་ཉི་མ་རང་གི་ཤ། ཀྱང་ལག་ཆད་པ་འདྲ། ལྷགས་
 བདར་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་ལོ། རྫོང་དུ་རྒྱུང་བ་ནི་ཐོབ་གཅིག་ཚུགས་ན། ལྷགས་པ་དང་
 ལུགས་པ་འོང། ཟས་རྫོང་མི་ལེན་རྒྱུ་ནད་མ་པ་ལོ། རྟོན་ལ་བབས་པ་ནི། དན་
 པ་རྒྱུང་ཁོང་ན་རྫོང་པ་དང་ཆེ། གཤིང་ཆེ་ཉིན་ལེམ་པར་འོང། དེ་དག་ནི་ཆ་
 བའི་ནད་འཇུག་པའི་རྫོང་ལྷག་གང་ལ་གང་ལྷགས་རྒྱགས་དང་མཚན་མ་ལོ། རྒྱུང་
 པགས་ལ་གྲམ་པ་འཇུགས་ནི། ལགས་པ་རྒྱུ་བདར་ཕྱི་བ་དང། མན་ནན་ན་ལན་པ།
 རོབ་པེ་མ་པ་རྫིད་པ་ལོ། ཤ་ལ་རྒྱལ་པ་ནི། ཤ་རྫོང་ལིང་ན་པ། རྒྱུགས་པ་
 བཞིན་གྲང་མི་ལི་ལི་བྱེད་པ་ལོ། རྒྱལ་རྒྱུ་པ་ནི། རྒྱལ་ལྷགས་ལྷགས་པ་ལོ།
 སྤོན་རྒྱགས་པ་འདྲ། འི་རྒྱ་རྫོང་པ་དང། རེངས་པ་དང། བདར་པ་དང། གྲང་
 ལུས་པ་ལོ། རྒྱལ་ལ་ཞེན་པ་ནི་ཆོག་གས་བཞི་ལྷན་ལྷན་ན། རྟོན་པ་མཚན་མོ་ན། རྟོན་
 རྒྱལ་ན་ན། ལང་མི་རྒྱལ། འདྲག་མི་རྒྱགས། ཆེ་ཆེ་ལ་ལྷང་དུ་བའོང་
 པ་ལོ། རྫོང་དུ་རྒྱུང་བ་ནི། འཕྲོག་ལྷ་རྟོན་པ་འི་རྒྱ་རྫོང་མ། རྫོང་ལ་རྒྱགས་བྱེད།
 ཟས་མི་འཇུ་རྫོང་རྒྱུང་དུ་ན་པ་ལོ། རྟོན་ལ་བབས་པ་ནི། འདྲེ་མཐོང་རྒྱུ་རྫོང་།
 རྫོང་འཕྲོག་རྒྱུ་བམར་པ་དང་པ་ལོ། བད་ཀན་པགས་ལ་གྲམ་པ་ནི། རྒྱ་རྒྱུ་པ་དང།
 ལུ་བ་དང། འབྲས་དང། བས་གཞུགས་དང། རས་རྒྱལ་རེངས་པ་ལོ། ཤ

ལ་རྒྱལ་པ་ནི། རྫོང་ལིང་པེ་མ་པོ་ཆ་པ། རྫོང་ལིང་གྲང་བ་དང། ལུ་བ་དང།
 ལུ་བ་དང་རྫོན་ལུ་ཐོང་བ་མང་པ་ལོ། རྒྱལ་རྒྱུ་པའི་རྒྱགས་ནི། ལག་ཤོང་དང།
 གྲང་དང། ཆོང་ར་རྒྱངས། རྟོན་པ་བལ་ལ། རྒྱ་ལི་སྤོན་རྒྱང་གྲང་ན་པ་ལོ། རྒྱལ་
 ལ་ཞེན་པའི་རྒྱགས་ནི། ཀྱང་ལག་ལྷི། ལགས་དང་རྒྱལ་མི་རྒྱལ། ཆོག་གས་པ་
 མོས་དཀར། ཆོག་གས་དཀར་མོས་དཀར་ལུ་བ་འཕྲུང། རྟོན་རྒྱུང་གྲང་མི་ལི་
 ལི་བྱེད་པ་ལོ། རྟོན་ལ་བབས་པ་ནི། ཁོང་ལྷི་ལུང་པ་མང། ཟས་མི་ལེན་བཅོས་
 རྫིད་རྒྱུང། ཉི་མ་རིང་གིས་ན་པ་ལོ། རྫོང་པགས་ལ་གྲམ་པ་ནི། འབྲུང་བ་
 མན་ནན་ན་བ་ཆེ་རྒྱུང་བྱེད་པ་ལག་པས་བྲངས་ནས་ལོན་པ་ལོ། ཤ་ལ་རྒྱལ་པ་ནི།
 ལེབ་ལེབ་པོ་རེ་ག་ན་མི་བོ་ཆོད་པ་མཐོག་གས་ཤིང་ཆེར་མཆོད་པ་དང། དང་གར་
 ཟས་མི་ལེན་པ་ལོ། རྒྱལ་རྒྱལ་པ་ནི་མི་བོ་ཆོད་པར་ཤ་ལ་གྲལ། རེས་པགས་
 བདེ། འཕྲུར་རྫོག་མང། མན་ནན་ན་པ་ལོ། རྒྱལ་ལ་ཞེན་པ་ནི། འབྲས་
 པོང་མོ་ལོག་པོང། རྒྱལ་པ་རྒྱན་ན། ལང་འདྲག་མི་ཤེས། བུ་རྒྱུར་རན་དུ་
 ན་པ་ལོ། རྫོང་དུ་རྒྱུང་བ་ནི། ཟས་མི་རྫོང་པ་མང་པ་འགག་ རེས་པགས་པ་འཕྲུ་
 བ་པར་རྒྱལ་གྲོ་བར་བྱེད། ཟས་ཀྱིས་ཕོག་ཐུག་ཆེ་པ་ལོ། རྟོན་ལ་བབས་པ་ནི།
 གང་ལ་མན་པ་དེའི་རྒྱགས་དང་མཐུན། ལུ་མ་ཆོས་པ་གྲང་དོད་བདར་ན་ཆོ་བ

གྱུ། དེ་རྒྱམས་ལྷན་པའི་ཕྱོགས་སུ་གོ་དགས་པའི་འཕྲུག་སྒྲིལ་ཅེ་ནི་དེ་དག
 གསོ་བ་ཕྱད་ཆིག་བསྐྱས་རྣམས་ལས། །ཐང་ལ་འབར་གྱིས་བཞེད་པའི་ཡུགས།
 མཁྱིམ་པ་པགས་ལ་གྲམ་པ་ལ་གྲུ་གྲུ་ལ་རྒྱམ་རྒྱད་དང་། གྱེར་པའི་བར་ལྷན་མོ་
 མར་ཇོ་ཡ་རུ། །ཐང་དུ་གདུལ་ལ་གར་མོ་བྱེད་ས་གདང་། གྱེར་པ་སྤང་མ
 བརྒྱ་བསྐྱས་རྒྱད་དུ། ཁོ་མར་ཇོ་ཨེས་སྤྱར་ལ་གཏོང་། མཁྱིམ་པ་ལ་ལ
 རྒྱལ་པ་དུར་ཕྱིད་དཔག་ཚོང་དང་། གཞེས་གྱི་མེ་རྟོག་གྱི་ཕྱེ་བ། ཉུག་པ་དང་
 གྲུ་གྲུ་ལ་གྱེར་པ་རྒྱམས། །ཐང་དུ་བསྐྱས་ལ་གར་མོ་བྱེད་ས་གཏོང་། གྱེར་
 པ་ཕྱད་བརྒྱ་ལ་བདུལ་པ་རུ། ཁོ་མར་ཇོ་ཨེ་པུ་རྒྱམས་སྤྱར་ལ་བསྐྱ། །བདུར་
 པར་ཁོ་རྒྱ་བསལ་དང་གཤུར་དང་། །ཐབས་སུ་ཕྱིར་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ལྷན་གྱ།
 མཁྱིམ་པ་རྒྱར་རྒྱུ་གཉེར་འཕྲུམ་། ཉིག་ཏུ་ལིག་དུར་དང་དུག་མོ་ལྷོང་། །བ
 ཤ་ག་དང་གྱི་ཕྱེ་གཞེས་མེ་རྟོག་ །ལུ་མ་རྒྱ་རྟོག་རྒྱམས་ཨེས་ལ་སྤྱར། །ཤིང་ཆ
 ཕྱེ་མས་ཕྱེ་གྲུ་སྤྲུག་པར་གྱ། །ཐང་བྱང་ཨེས་ལ་རྒྱ་ཡང་གཏར་ཁོང་མཐའ་
 མ་སྤོང་བྱ་གྱ། མཁྱིམ་པ་རུ་ས་ལ་ཞེན་པ་དང་པོ་བསལ་ལ་བྱང་ལ། ལྷི་ཁ་རྒྱ
 ཡ་རུ། །གྲུ་གྲུ་ལ་ར་ཡི་རོ་སྤྱར་བྱང་དང་། །ལྷ་ལྷ་རྒྱམས་ཀྱི་འབས་བུ་འབས
 ཤིང་དང་། །ཡ་བསྐྱར་ལ་ཐང་དུ་བསྐྱས་ལ་བྱང་དང་། །རྩ་པ་དུང་དུག་གསུ

[illegible]

སྒྲིན་བྱེད་རྣམས་དང་བཅོས་ཀྱི་གཞུང་བཞིན་བྱ། །འཕྲོ་གང་ཚོ་གསུམ་དུ་པ་དང་
 བས་སྐྱེད་དང་། སྒྲིན་དཔྱད་ཟེམ་དང་ནད་དེ་གསུམ་བསྐྱབ་པར་བྱ། སྒྲིན་ནས་
 གཏར་བཤལ་རྩལ་དཔྱད་ཚོ་ག་བྱ། །བསིལ་ཐང་རྩལ་དཔྱད་མཚོ་གཏུ་བཤལ། །
 དེ་མས་ནད་རྣམས་གང་ས་མང་ཡང་དགོས་བཅོས་གཉིས། །དགོས་བཅོས་ཡོད་
 གུང་མཁྱིས་པའི་དཔྱད་དང་མཐུན། སྒྲིན་ཟེམ་དག་གུང་དེ་ལྟར་མཐུན་པ་
 ཡིན། ། བསིལ་དུ་གསུམ་བསིལ་ལུ་མས་ཆུ་མདའ་རྒྱག་པར་བྱ། །ཡང་ན་ཚོ་བ་
 ཚོ་བས་འདྲོ་ན་དོན་གཉིས། །རྩལ་དཔྱད་མཚོ་གཏུ་མན་ཏེ་བ་སྤར་སྤྱང་། །
 ཟེམ་དང་སྤྱོད་ལམ་མཁྱིས་པའི་ནད་དང་མཐུན། །རྩེད་ནད་བགས་ལ་གསུམ་ལ་
 བསྐྱེལ་མཉེ་སྐྱེལ་དུ་གསུམ། །ཤལ་རྒྱས་ལ་དོད་དུ་གསུམ་མེ་བཅོར་བྱ། །རྩལ་
 རྒྱག་ལ་མེ་བཅོར་བསྐྱེལ་མཉེ་བྱ། །རུས་ལ་ཞེན་ལ་དང་པོར་སྐྱེལ་སྤྱོད་བྱ། །
 དེ་ནས་སྐྱེལ་དུ་གསུམ་སྒྲིན་མར་བཅུད་གྲུན་བཤད། །རྩེད་གསུམ་རྣམས་དང་ནས་
 གཞེར་མ་བཤེག། །འཇམ་ཅི་སྐྱེལ་མཚོས་གནས་དེ་མེམས་པ་དེ་བྱ། སྤྱོད་དུ་
 ལྟུང་ལ་ཤིང་གྲུན་ཐོད་དང་། །ཁྲི་གུ་ཁུ་ཚོ་དང་ཚོ་སྐྱེལ་ཚོ་གསུམ། །འཕྲོ་ལེང་དང་
 བྲམ་མ་ཐོད་བཤད། །མར་སྤྱོད་རུས་སྤྱོད་ཁུ་བ་ཞུན་མར་བཤད། །འཇམ་ཅི་
 རེང་བ་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེལ་མཚོས་བྱ། །དོན་ལ་བབས་ལ་བྲམ་ཆང་བཅུད་གསུམ་

[illegible]

ལྷག་ལྷིག་པ་མཉམ། ལྷི་འབྲོག་མཆེད་ལོ། བྱང་ཁམས་སྟོད་ལྷ་བྱ་དང་། ལུ་
 རངས་སྟོད་ལྷ་བའི་རྒྱན་ཅན་སྤྲུམ་ཅན་བད་ཀན་སྟོད་པའི་ཡུལ་ལོ། ལྷ་ལ་ཉེ་
 བ་དང་རིང་བ་གཉིས་སོ། རིང་བ་ནི་སྟོན་རྒྱ་གསུམ་མཁྲིས་པའི་དུས། དབྱར་
 རྒྱུད་༥ དཔྱིད་བད་ཀན་གྱི་དུས། དགྲུན་འདུས་པ་ལྷན་པའི་དུས་སོ། དེ་ཡང་
 དགྲུན་རྒྱུད་མེག་དཔྱིད་པའེལ། དབྱར་ལྷ་རོ། མཁྲིས་པ་དཔྱིད་མེག་
 དབྱར་པའེལ་སྟོན་ལྷ་རོ། བད་ཀན་སྟོན་མེག་དགྲུན་པའེལ་དཔྱིད་ལྷ་རོ།
 ལྷ་ལ་ཉེ་བ་ནི་དཔོང་དང་ཐོར་རངས་རྒྱུད་གི་དུས། མཁུ་གུར་ཉིན་གུར་མཁྲིས་པའི་
 ལྷ་ལ། སྟོད་དང་ལྷ་རྟོ་བད་ཀན་གྱི་དུས་སོ། དེ་རྣམས་ལུ་ལྷ་ར་པའོ། གཉན་
 པ་གསུམ་མ་ནི། ཆད་པོ་ལ་རྒྱུད་གཉན། གཉན་ཆོག་མ་ཅི་ལྷིར་ན། ལུས་ཀྱི་
 རྒྱང་ནི་ཁྲག་དང་། རྒྱ་མེར། ཆོལ་དང་རྒྱུད། ཁྲག་དང་ཁུ་བ་དང་རྒྱལ་ཡིན་
 ཏེ། ཉམས་ནས་ཤོར་བས་གཉེར་མ་མང་ཁྲག་མཁྲིས་རྣམས་རྒྱལ་པ་ཉམས།
 དཔེར་ན་བཅད་ཤིང་ལོ་རྒྱུ་པ་མང་པོས་གདུང་སྟེ་བཅུད་ཡལ་བ་དང་འདྲ་སྟེ།
 བརྟག་མ་དངས་ཤོར། མཁྲིས་པ་གསལ་བྱེད་ཉམས་ནས་རྒྱུད་རྣམས་འདྲག་
 པས་གཉན་པའོ། དར་ལ་བབས་པ་ལ་མཁྲིས་པ་གཉན་པ་དེ་ནི་པར་ཆོ་རྒྱལ་
 པའི་བཅུད་པའེལ་བས་མཁྲིས་པ་ལྷག་པའི་རྒྱུ་མི་སྤྱིད་པེ། རྒྱེས་ཀྱང་ནི་

ལ་ཆད་པས་རྒྱུ་སྟེ་མས་པས་བད་ཀན་སྟོད་ཀྱི་དཀའ། རྒྱེས་ཀྱང་ནི་སྤྲུམ་ཁག་མཁྲིས་
 རྒྱེས་ན་ནི་དཀའ། དེ་བས་གཉན་ཞེས་བྱའོ། རྒྱེས་པ་པར་ཆོ་རྒྱལ་བ་རྒྱུད་
 རྒྱུད་རྒྱུན་ཆེ་བ་དང་། ཁ་ཟས་འདྲ་དཀའ་པ་རྒྱངས་པའེལ་ལོ་ཅན་དེ་འདྲ་སྟོབས་
 རྒྱུད་བས་རྒྱན་པའེལ། རྒྱན་པའེལ་པའོ་ཅན་དེ་སྤྲུམ་ཁན་ཆེ་བས་རྒྱུད་སྟོ་
 དཀའ་པ་རྒྱེས་ཀྱང་ནི་སྤྲུམ། རྒྱན་དེ་གར་པ་ཡིན་ན་ཁག་མཁྲིས་སྟོད་ཀྱི་དཀའ། རྒྱེས་
 ཀྱང་ནི་སྤྲུམ། དེ་དག་ནི་ཆད་ཆེ་བ་ཞེས་བྱའོ།

སྟོག་པའི་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་ནི། རྒྱུད་མོས་ནས་མཁྲིས་པར་སྟོག་པ་ནི།
 མེད་དང་ཁྱར་མ། ཤ་དང་ཆར། རུལ་ལུངས་དང་ཉིན་གཉིད། མེད་གས་ཆེས་
 པས་སྟོག་འདི་ལོ་མཆོམས་ནས་མ་དཔེ་ཞོག་གངས་བཅུ་གཅིག་པ་མི་འདུག་ མ་ཤོག་
 བཅུ་གཅིག་རྒྱལ་ཤོག་ཏུ་གསལ། ཤིང་ཀྱུ་ཅེ་འདོན། དེ་ལ་སྤྲུམ་དཔྱད་རྟོད་
 བཅོས་བྱས་པས་སྟོག་ཀྱང་གཅོད་དོ། ཤོང་གི་ནད་རིགས་གང་ལྷུང་ཡང་རྟོད་
 ཏུ་བཅོས་པས་ཐམན་ན་སྟོག་གཅོད་ནད་མ་ཡིན། མཁྲིས་པ་གསལ་པ་ཤ་ལ་ནག་པོ་
 ཞེས་བྱ་ཤ་རུས་མེར་ཞིང་ལུས་པོ་ཟ། རྒྱུད་དང་སྤྲིན་མ་བྱི་བར་འགྲུལ། འདར་
 ག་མི་བདེ་ཤིང་ཉམས་རྒྱུད། རྒྱུན་དང་དཔྱད་ཀྱིས་ནད་ནི་ལེན་པ་པོ། འདེ་
 བེ་སྟོག་གཅོད་ནད་ཏུ་བཤད། འདར་ཀན་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཤོ་བསྐྱར་ཞིང་

འདྲིལ་བ་ལས། ཁོང་པ་འདམ་ཁིང་རོ་སྟོད་གཟེར། །འད་ཀན་སྤྲུག་པོ་རྒྱ་ནག་
 སྤྲུག་ །བཅོས་པ་དྲག་ན་ཕྱོག་གཅིད་ནང་། །ཟས་དང་བཅོས་ཀ་འཇམ་བཅོས་
 བྱས་ནས་ནལ་ཡོད་དོ། །ཟུག་པ་གཞན་དཔེ་ཅན་ནི། ཚ་གྲང་འཐབ་པ་འདྲ་སྟེ།
 གྲང་བ་བཅོས་ན་ཚ་བར་ཁྱོག་ །ཚ་བ་བཅོས་ན་གྲང་བར་ཁྱོག་ །དེ་ཡང་ཕྱོག་
 གཅིད་ནང་དྲུབ་ཤང་། །ནད་ལ་དབབ་པ་འཇམ་བཅོས་རྟེན་ནི། །མགོ་ལུས་གང་དྲུ་
 སྤངས་ཀྱང་རུང་། །དང་ག་མི་བདེ་ཤེད་ཉམས་རྒྱུང་། །སྤངས་འདྲུལ་དཀར་
 ཁིང་ཚ་བ་སྟེ། །སྤངས་པ་སྤུལ་ཡང་ཚ་བ་ཞེ་ན། །ཁོང་གི་རྟགས་རྒྱམས་བྱུང་བ་
 བྟེ། །དེ་ཡང་ཕྱོག་གཅིད་ནང་དྲུབ་ཤང་། །དོན་ལ་རྟོལ་བའི་དམ་རྒྱུ་ནི། །
 རྟག་དྲུ་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །མཁལ་པོས་ཚུན་ཆད་རྒྱས་གང་ནས། །རོ་སྟོད་
 མི་བདེ་དབྱགས་ཀྱང་ཐུང་། །དང་ག་མི་བདེ་སྟོམ་དད་ཆེ། །དེ་ཡང་ཕྱོག་
 གཅིད་ནང་དྲུབ་ཤང་། །

ལྷུ་རྟོན་ལ་ཟེན་པ་ནི། །མཁལ་པ་མ་མཆིན་པ་སྟོབ་གསུམ། །སྟོབ་སྤུ་འི་
 མཆོན་ཉིད་ནི། །སྟོབ་གོག་དཀར་ཁིང་དབྱགས་མི་བདེ། །ཡུད་པ་རྩི་རྒྱལ་
 རུལ་འབྱུང་། །རྟག་ཀྱང་རྩ་དམར་དྲུད་ཁུ་ཤང་། །དེ་ནི་སྟོབ་ལ་ཟེན་པ་འི་རྟགས།
 མཆིན་པ་སྤུ་འི་མཆོན་ཉིད་ནི། །ཤེད་ཉམས་རྒྱུང་ཁིང་ཚ་བ་ཆེ། །དཀྲུ་སྤྱར་མི་

ཤེས་ལུས་པོ་སྟེ། །རྟག་གསལ་མོད་མོད་ཐུག་དྲུ་སྤྲུག་ །དེ་ནི་མཆིན་པ་འི་རྟགས་
 ལུབ་ཤང་། །མཁལ་པ་དོན་ལ་ཟེན་པ་ནི། །རྟོད་པ་རྩིང་ཁིང་ལུས་པོ་སྟེ། །ཚ་
 པ་ཆེ་ཁིང་རྒྱལ་པ་ནི། །དེ་ནི་མཁལ་པ་མ་སྤུར་ཡིན། །ཐུག་ལམ་ཆད་པ་འི་ཚ་བ་
 བྟེ། །ཚ་བ་ཆེ་ལ་ཐུག་མཆོས་ཉེས་པ་འདྲ་ན། ཚ་བ་དོན་ལ་ཞེན་ནས་ཐུག་ལ་
 བྱང་མ་ཐོན་པ་ཡིན་ཏེ་ཕྱོག་གཅིད་དོ། །དངས་མ་མ་ཁུ་འི་གནས་སུ་བྱིན་པ་ནི། །
 དང་ག་མི་བདེ་ལུས་པོ་སྤྱང་། །དྲོད་བཅོས་བྱས་ཀྱང་གནོད་པ་ཤང་། །བསེལ་
 པ་ཅོས་བྱས་ན་ལུས་བྱངས་པ་ཆོར། །ཅི་ལྟར་བཅོས་ཀྱང་ཟས་མི་འདོད། །དེ་
 ཡང་ཕྱོག་གཅིད་ནང་དྲུབ་ཤང་། །སྤྲོན་བྱི་རོ་དྲུག་ཞེས་པ་ནི། །ཁ་མངར་གཉིས་
 གྱིས་ཐུག་མཐིས་ཤེས། །སྤྱང་དང་ལན་ཆོས་རྒྱུང་ནད་ཤེས། །སྤྱར་རྒྱབ་གཉིས་
 གྱིས་བད་ཀན་ཤེས། །སྤྱར་བས་བད་ཀན་ཤེས་ཏེ་རྒྱུང་མཐིས་སྟེ། །སྤྱུ་རྩར་
 ཡིས་ཐུག་མཐིས་ཤེས། །བལ་པོ་ཐེ་བྱ་སྤྱར་རྒྱུང་བད་གཉིས་ཀ་ཤེས། །དངར་
 པས་རྒྱུང་སྟེང་ །འདྲིལ་མཆོས་མ་ནས་མ་དཔེ་ཤོག་གྲངས་བརྒྱ་གཉིས་དང་བརྒྱ་གསུམ་
 གཉིས་མི་འདུག་ །ནད་ནས་རྟོན་མོ་མི་འདོད། །བསེལ་འདོད་པ་འི་གལ་པ་འི་ཆ།
 །ནད་ནས་རྟོན་འདོད་བྱིང་བད་ཀན་སྤྱུ་འོ། །མཆོན་ཉིད་ནི་སྤྱང་ལ་རྟོན་མོ་འདོད་
 པ་པ་བྱིང་བད་ཀན་སྤྱུ་འོ། །མཆོན་ཉིད་ནི་སྤྱང་ལ་རྟོན་མོ་འདོད་པ་ལུར་བཤད་

རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་ལྷ་སྐྱོད་པ་མེད་ཀྱིས་། གཞེར་མོལ་མེད་ཀྱིས་ཀའི་ཆོས་
 བརྒྱུད་པའི་། གཞེར་བརྟགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཞུང་པ་རྒྱལ་ཆུང་པའི་།
 ལ་ཟུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་བརྟགས་པ་ནི། ཚད་མཉམ་པ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱེད་ན་གསལ་པོ་
 དེ་ནི་ནད་རྩིང་པ་རྣམས་པོ་། གང་ལམ་དེ་གྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བརྟགས་ཀྱིས་། ཡང་
 པལོ་པལོ་བརྟགས་ནི་ལ་དོག་དེ་དང་སྤངས་དང་དོ། མདོག་མེར་ལྷུང་གཉིས་
 མཁྱིམ་པའི་ཆུང་མང་ན་ཐུག་རྒྱུ་ལ། རྟག་པར་ཆུང་པ་མཁྱིམ་པ་ཡིན། དུས་ལྷུ་
 པར་ན་པར་ཀ་ན་སྤྱུག་པོ་སྤྱུ་པམ་མེད་ཀྱིས་ཀྱང་པའི་ཆུ་ཡིན། སྤངས་པ་ཆེ་ལ་ཡུན་
 རིང་ན་ཆོས་། མེ་གྲང་པ་སྤངས་པ་ཡུན་རིང་ན་གྲང་པའི་། དུག་མོད་དེ་གོ་
 རུལ་ནི་དེ་སྤྱོད་པ་དུག་ནད་དང་མ་ལུ་པའི་ཚད་པའི་། རོགས་པའི་སྤྱོད་པ་བརྟགས་
 པ་དང་། ལྷུར་ཕྱོགས་སྤྱོད་པ་བརྟགས་པ་ནི། ལྷུར་དུ་ཕྱོགས་ན་ཚད་པ་ཡིན། ཤི་
 བས་ཕྱོགས་ན་གྲང་པའི་། རོགས་མེ་རོགས་པ་བརྟགས་པ་ནི། ཁད་པ་ཚབས་པོ་ཆོས་
 མེད་པའི་ཆུ་ཕྱུང་ན་པལོ། ཚབ་ཅན་ལ་གྲང་པའི་ཆུ་ཕྱུང་ན་པལོ། ལྷན་པམི་ལ་
 དུ་བཏང་ནས་ཚབ་པའི་ཆུ་ཕྱུང་ན་པལོ། གྲང་པལོ་པལོ། ཚབ་ཅན་ལ་ལྷན་དང་
 དཔུང་བྱས་ཀྱང་དུག་པོ་གོ་རུལ་ཕྱོད་ན་པལོ། བས་པོས་ཆ་མེད་པར་གྱུར་གྱིས་
 པོས་ན་པལོ། ལུའི་སྤྱོད་པས་། ལུའི་སྤྱོད་པ་ནི་ལུ་ཡུ་ལ་ཐུག་ཆགས་ལེར་

[illegible]

[illegible]

རྒྱུད་ཐོར་རྒྱུད་པ་དང་། རྒྱུད་ནད་པ་གསལ་པ་ལྟར་དང་། ཞི་ནམས་པ་དང་།
 རྒྱུ་མེར་གྱིས་རྒྱུད་པ་ན་པ་དང་། མེག་ན་པ་དང་རྟེན་པ་ལྷན་ཆད་ན་པ་དང་ལྷ་
 ལུགས་པ་ལ་ཕན་ནོ། །པ་གཤམ་པ་ཕེན་ནོ། དོན་རྫོང་གྱི་ཚ་པའི་ནད་མཆམ་ཅད་
 དང་། ཤར་ལྷན་གྱི་ཚད་པའི་ནད་མཆམ་ཅད་དང་། དཔང་པོ་རྫོང་གྱི་ནད་མཆམ་
 ཅད་དང་། ཚ་པ་དང་མཁྱིམ་པའི་ནད་རྒྱུས་པ་ལ་ཕན་ནོ། ཞི་རྩ་ཉའི་ཕན་ཡོན་
 ཉི་ལུན་མེ་རྫོང་རྒྱུད་པ་དང་། ལོང་རྒྱུད་དང་། གནའ་པ་ལྷན་པ་དང་། རྫོང་རྫོས་
 དང་། ལྷུ་ར་པ་དང་། གང་པ་ལྷན་པ་དང་། གང་རྒྱུད་ཀྱི་རྫོན་རྫོས་པ་དང་།
 ཁོངས་ལུ་ལེ་ལུ་རྫོན་པ་རྒྱུད་པ་དང་། རྒྱལ་རྒྱུ་པ་དང་། ལག་ལ་མཁའ་རྒྱུད་དང་།
 ལ་ལོན་ཟད་པ་དང་། ལྷུ་རྒྱུད་གྱི་རྒྱུ་མེར་རྒྱུད་ལྷན་དང་། རྫུ་མཚན་མི་ཚོང་པ་
 དང་། རྒྱུ་མེར་རྒྱུད་ལྷན་རྟེན་པ་ལ་ལུགས་པ་དང་། རྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་ནད་ཚ་
 གང་པ་ཕབ་པ་དང་། རྟེན་དང་མ་ལུ་པ་རྟེན་གསལ་མཁའ་རྒྱུ་ལོང་རྫོང་དུ་པའི་པ་
 དང་། རྫོང་གྱི་ལྷན་ནད་ཐོར་གནས་ནས་རྒྱུད་པ་དང་རྟེན་མཆམ་པ་ཕན་ནོ། །

མཆོད་རྟེན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལྟར། རྩུག་པོ་འཁོར་ཤིང་། དཀའ་ཕྱིན་པ་ལྟར།
མཐུག་པོ་འཁོར་ཤིང་། སྒྲིབ་པ་ལྟར། རྩུག་པོ་འཁོར་ཤིང་། རྩུག་པོ་འཁོར་ཤིང་།

རྒྱལ་ལ། མཆིན་ཐག་ཤོད་པ་ལྟར་དང་། ཤོག་པ་མཆིན་ཐག་རྒྱུས་པ་དང་།
 མཁལ་མཁེ་རྩ་པ་གྲུ་མས་པ་དང་། བྱང་ཤོག་རྒྱ་དྲན་ག་ཤོད་པ་དང་། རྒྱལ་
 དང་རྒྱལ་བེར་ལ་མི་རུང་དོ། རྒྱལ་མི་རུང་བ་ཤོད་བྱུང་ལ། ལུས་ཤོ་བ་ལྷ་
 སེལ་དང་། བུའྱལ་དང་ཉམ་རྒྱུར་པ་དང་། རྩོད་ལ་པ་དང་། ལུ་མ་པ་དང་རྒྱུར་
 རྟེན་དང་དམུ་རྩ་ཐེང་དང་མཆོད་དེ་རྒྱུར་མཆིན་པ་ཤེས་པ་ས་པ་ལ་པར་མོང་—
 བས་ག་ག་ལ་ལ་རྒྱལ་ཤོ་ཞེས་བྱ་པ་དང་། རི་མས་རྒྱལ་བེར་དང་པ་རྒྱུད་པ་དང་ག་
 ལང་བ་ལ་པ་དང་། མིག་ནད་དང་མཆིན་པ་ཆ་རྒྱུས་དང་། མིག་ག་བེར་དང་།
 ག་བེར་རྒྱུད་དང་། ལུ་བ་རྒྱུད་པ་ཅན་དང་། རྩ་པ་གྲུ་མས་ཀྱི་ཆོད་པ་རྒྱུས་ལ་
 མི་རུང་དོ། ། རྒྱལ་པ་མི་རུང་བ་གསུམ་ལ། མ་ཤོད་པ་དང་། ཐུག་མཆིན་
 རྒྱུས་པ་དང་། ཉམ་མ་ལུ་པ་ལ་མི་རུང་དོ། རྩ་པ་ལ་མི་རུང་བ་གསུམ་ལ།
 རྩོན་དང་རྩོད་པ་བྱུང་ས་ཟད་པའི་ཆོད་པ་དང་། རྒྱུར་པ་ལ་རྩོད་པ་ཤོད་པ་ལ་མི་
 རུང་དོ། །

མེ་ཤོད་མི་རུང་བ་གསུམ་ལ། ཐུག་རྒྱུས་པ་དང་། མཆིན་པ་རྒྱུས་པ་
 དང་། རྟེན་མ་ལུ་པ་རྒྱུས་པ་མི་རུང་དོ། ག་དང་པ་མི་རུང་བ་དགུ་མི། རྩོ་
 རྩོད་རྒྱུས་རྩོད་རྒྱལ་བེར། རྩོ་ག་བེར་རྒྱུ་པ་མཆིན་པ་ལྟར་རྒྱུས་མཆིན་པ་

རྩོད་ག་བེར་མ་ལུ་པ་པའི་ཆོད་པ་བྱུང་ས་རྒྱུར་པའི་ཆོད་པ། བད་ཀན་རྒྱུ་ཤོད་པ་ག་བེར་
 བཟུམ་། རྒྱུར་གིས་ག་བེར་པའི་རྒྱུར་ལྟར་བཟུམ་ཅན་རྩོག་པ་ག་ཅིག་རྒྱུ་ཆོད་
 དང་། རྩོག་པ་མ་ལུ་པའི་རྟེན་གསལ་པ་ལ་མི་རུང་དོ། རྒྱལ་མི་རུང་བ་
 པ་ཞི་ལ། རྒྱུར་ལྟར་མཆོད་པ་ཤོད་པ་དང་། རྩོ་རྟེན་ཐག་རྒྱལ་ཤོད་པ་དང་།
 རྒྱུར་མ་རྒྱུར་པ་དང་། ཐུག་ཟད་པའི་ཆོད་པ་ཤོ། རྩོ་རྒྱུ་མི་རུང་བ་ལྟ་མི། རྒྱུད་པའི་
 རྒྱུད་དང་། རྒྱལ་པ་ལྟར་ལ། མིག་ཤོད་ཤོད་ཤོད་ཤོད་པ་དང་། རྒྱུར་གིས་
 ག་ཉམ་མཐེང་པེང་མ་པ་དང་། རྒྱུད་པ་གསུམ་པ་དང་། རྩ་པ་རྒྱུར་གིས་ག་བེར་
 པ་དང་། དེ་རྒྱུས་ལ་མི་རུང་དོ། བཟུམ་མི་རུང་བ་དགུ་མི། ཐུག་མཆིན་
 མང་ཤོ་རྒྱུར་རྒྱུར་པ་ལ་ཤོད་པའི་རྩོན་གྱིས་རྒྱུར་རྒྱུས་པ། མེ་དང་མཉམ་པའི་རྒྱུར་
 མཐུ་ཉམ་པས་པས་ཟེམ་མི་ལྟེ་ལ། ཤོ་རྒྱུར་ཅན་ཤོད་རྒྱུར་རྩོད་པ་དང་། མཆིན་
 པར་གྱུར་བ་རྒྱུས་པ་དང་། མཆིན་པ་རྒྱུད་པ་དང་། མཁལ་མ་གྱུར་པ་ཅན་དང་།
 རྒྱུ་མ་གྱུར་ཐོག་ཅན་རང་ལ་མི་རུང་དོ། །

བྱི་རྒྱ་མི་རུང་བ་ཉི་ལྱ་མི། རྒྱུད་པ་ལ་ཤོད་པ་ལྟར་བཟུམ་པ་ལྟར་པ་དམར་
 པ་ལ་པ་མི་རུང་བ་བུ་དང་། རྩོད་རྒྱུར་ཆོད་པ་གྲུ་མས་དང་བུ་ག་ཅིག་ མཆིན་
 པ་ལྟར་དང་། རྩོད་པ་ལྟར། མཁལ་མ་ལྟར། ཤོད་པ་ལྟར། ཤོད་པ་ལྟར། ཆོད་

ཡུལ་ཅན་ལ་པམིལ་དུགས་ནས་ན་བདད། མཆིན་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལག་ལ་
 བས་ན་བདད། མཆིན་པ་རྒྱད་ནས་ན་བདད། ལྷོགས་ཅམ་ན་བདད།
 མཁལ་ནད་གང་ནད་མཁལ་ཆེད་འཕྱུར་མི་ཤེས་པ་དང་། མཁལ་ཆོག་མ་
 འཕུགས་ནས་ན་བདད། ལོང་ཀའ་ཁྲུང་ནས་ལྷོས་ནས་ན་བདད། ལོང་ནད་
 རྟག་དུ་འཕྱུབ་དང་། གུང་བརྒྱ་དྲེག་ཆགས་ཤིང་ན་བདད། འཕྱུབ་དང་།
 ཆ་ལྷི་བདད། ཆ་ལ་སྒྲིབ་དད། ཆ་ལྷོས་པ་དད། ཆ་ལ་མི་ཐོན་པ་དད།
 འབྲས་འཕྱུར་པ་ཤིང་ན་བདད། དཔུགས་འཕྲུལ་ཞིང་ན་བདད་དཔུགས་ལྷོས་
 པ་རྒྱམས་ལ་སྒྱུར་མི་རུང་དོ། །དཔུད་མི་རུང་བ་བརྒྱད་ཅུ་གཉིས་ལོ། ཆ་
 ཡར་གཏར་དུ་མི་རུང་བ་བཞི་ནི། མ་སྒྲིབ་པའི་ཆ་བཀའ་རྒྱུར་ན་ཆ་བཟུང་ནས་
 རྫོན་དུ་འཕྱུར། རྫོངས་པའི་ཆ་བཀའ་རྒྱུར་ན་ལུས་ཟུངས་པའོར། ཐུག་ལམ་
 ཆད་པའི་ཆ་བཀའ་རྒྱུར་མི་རུང། བྱད་ཐུག་རྩལ་མི་ཤིང་ལུས་ཟུངས་པའོར།
 ཉམས་དམ་པ་ཞིང་ཟུངས་ཟད་པའི་ཆ་བཀའ་རྒྱུར་དུ་མི་རུང་སྒྱུར་དུ་ཤོག་དང་—
 བཤམ་བར་འཕྱུར་དོ། གུང་ཡར་མི་ཤེག་པ་ཞིབ་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་གཤེད་མཆིན་ཐུག་པོ་
 བར་དུ་བས་བཅོ། དེ་མཆིན་པའི་ཐུག་རྒྱུད་ནས་པོ་ལའི་རྩ་རྒྱུད་ལ་
 དཀྱིལ་ནས་ཐགས་པས་དེ་ལེན་གྲག་ཐུག་སྒྲིབ་དུ་འཕྱུར། དེ་སྒྲིབ་ནས་ན་ག

རྫོན་དུ་འཕྱུར་དོ། །བར་ཐུག་དཔུང་བ་གཉིས་ནི། དོན་སྤྱིར་རྒྱ་ཤོར་བ་ན།
 དུངས་མམ་ལུགས་ར་པ་ཡིན་དེ། དེ་དང་ཆ་བཀའ་རྒྱུར་དུ་ཞེན་པ་གཉིས་ལ་
 གཏར་པའི་ཐུག་དམར་པོ་མཆོལ་བུའད་འཕྱུར་སྟེ། ལུ་བ་དཀར་པོ་ཤིང་བས་
 ཐུག་བཟང་བ་འདྲ་སྟེ། ལུ་བ་དཀར་པོ་གང་ཕྱུང་ཕྱུང་ཡར་མར་དུ་གཏར་དོ། །ར་
 ཐུག་བཞག་པ་གཉིས་ནི། རྒྱུང་དང་ལྷན་པའི་ཆ་བདད། ཐུག་རྩེ་མ་ཆོད་
 པའི་ཆ་བདད་གཉིས་ལ་ལུ་བ་དམར་པོ་ཤིང་སྟེ་ཐུག་ལ་རྒྱག་ལོར་ཆགས་ཀྱང་
 གཏར་མི་རུང། གཏར་འཕྲོ་བཅད་ལ་སྒྲིབ་པམིལ་བས་བཅོས་སོ། ཆ་བ་
 བཞིག་པ་གཉིས། སྒྲིབ་ནས་རྒྱུང་རྫོངས་པའི་ཆ་བ་ཆ་བཟུང་གོ་བཅོས་པའི་
 རྩེ་ལ་རྒྱུང་འཕྱུང་སྟེ་ཆ་བའི་རྩེ་ལོ། གུང་ཡར་གཏར་བ་གཉིས་ནི། མཆིན་
 ཐུག་པོ་བར་ལུས་པ་དང་། གུང་བ་བཅོས་པའི་རྩེ་ལ་ཤོད་དུགས་པས་གུང་
 རྩེ་ལ་གཏར་བས་བཅད་ཞེས་བྱའོ། མི་འདེད་པའི་བཅོས་ཀ་གསུམ། རྒྱུང་
 བཅོས་པ་རྒྱམས་ལ་འཇམ་རྩེ་ལས་འདེད་པའི་དགོས་པ་མེད་དེ། མཁྱིམ་པ་
 བཤམ་ལས་མི་འདེད་པོ། བད་ཀ་རྒྱུགས་ལས་མི་འདེད་པོ། དེ་དག་ལས་
 རྩུག་པའི་དཔུང་མེད་དེ་ཐུབ་པའི་གཏར་ཆོགས་སོ། རྒྱུང་མི་རུང་གི་ཐ་ལོན་
 དང་ཉེས་དམིགས་ཤི་གོང་ནས་བཤད་བྱེད་དོ། ལག་ལེན་པའི་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་

བཤད་ཟེན། ལུས་ཀྱི་བྱེད་ལཱ་ནི་བཞི་པའི་རྒྱ་ཆ་དང་པད་ཆེས་པས་བཞེད་རྒྱ་
ཆ་མེད་ན་བཞེད་པའི་ཐབས་མེད་པའོ།

ཐོབ་པའི་མེད་ཆེད་གིས་གཞི་དང་པད་ཆེས་པའི། སྐབས་མེད་ན་ཆེད་
ལས་དང་ལོ་ནམ་བུ་བའི་ཐབས་མེད་དེ་ལོ་རྟོག་མི་སྤྱེ་བའོ། ཐོབ་པའི་མེ་ལེན་ས་
སྤྱོད་དང་ཁ་ཟེལ་གང་ཡང་གཏོང་བམི་རྩོད་ཅིང་མི་ལེན་པས་ཐབས་མེད་དོ།
འཁོར་བའི་རྒྱུད་ནི་མཚའ་སྤྱི་ཤིང་སྤྱེ་པད་སྤྱེ་པས་འཕྲོག་ཆེ་བའོ། དེའི་སྤྱི་
ལེན་རྟོད་བཏང་བའོ། དེ་ཡང་སྤྱིར་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འཕྲོག་བཅད་པའོ། དུག་ན་
ནད་འཁྲུ་མི་བསྐྱེད་པས་སྤྱི་པས་ཤེས་པར་བྱའོ། སྤྱོད་ནི་ད་ལྟ་བུ་མི་སྤྱེ་བཅེས་པ་
ཆ་གང་ཕྱོགས་མ་ལོག་པའོ། དེ་ཡང་རྒྱ་ལའི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་སྤྱོར་བྱེད་ན་ཕྱོགས་
མ་ཤོར་བར་ཆ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོད་མ་ཤོར་བར་མ་ཉམ་ལ་སྤྱིར་ཐབས་ལུ་གང་——
རིག་སྤྱི་བུ་བདད་བསྟན་པའོ། ལྷག་མ་མདར་འཕེལ་བྱེད་ཤིང་མེ་འཕུར་
རྒྱ་གསལ་གང་རིགས་གཞུང་དང་བསྟན་ལ་བཏང་དོ། །འཁོར་བའི་སྤྱོད་སྤྱོར་
ནི། གང་འཛོལ་སྤྱོད་ཤིང་ཕྱོགས་འཕེལ་བྱས་ལ་སྤྱིར་དོ། །རྒྱ་ལ་སྤྱོད་ཆ་
སྤྱོད་མལ་པའི་མེད་པའི་སྤྱོད་ནི། རྒྱ་ལ་ཐོབ་པའི་མདར་ཉམས་ནས་རྒྱ་ལ་སྤྱོད་
བལྟ་བུར་མོང་སྤྱོད་ཆ་གང་པད་ཆེས་པས་བཞེད་པའོ། ཆོད་པ་རྒྱུད་བཏམ་

གང་པ་རྒྱུད་བཏོད་བསྟན་དུག་སྤྱོད་ཆོད་པར་ལོག་ནས་རྒྱུད་པར་གྱུར་ན། ཉི་
ལྷ་རྒྱུད་ཤིང་སྤྱོད་པའོ། གཞུང་པ་བཅད་དུག་དང་། ཆོད་པ་སྤྱོད་པར་ཐང་དང་
སྤྱོད་པས་ནས་བལྟ་བུ་རྟོད་པར་གསལ་སྤྱི་དུ་སྤྱིར་དོ། །འཕེལ་བྱེད་པའི་གསལ་
ཀླུ་མ་དང་རྒྱ་གང་དང་ནི་བལྟ་བུ་བའོ། སྤྱི་གསལ་དང་རྒྱ་ཉི་མོ་རྟོད་པའོ། ལི་ལི་
དང་གཞོ་ལ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་ཆེས་རྟོད་པའོ། ཞིབ་ཏུ་རོའི་རྒྱུར་དུ་བཟུབས་བྱའོ།
གཏར་ཁ་གང་གཏང་བའི་མེད་པའི་ཆོད་ཅེས་པའོ། ཅུས་ཤེས་པ་སྤྱོད་རྒྱུར་
ཉིད་ཀྱིས་མ་བསྟན་པར་གཏར་ཁ་བྱས་པས་གཏང་ཆོད་ཅེས་པའོ། མེ་བཙོང་
གར་བསྟེན་པའི་མེད་པའི་ཆོད་ཅེས་པའོ། གཞུང་པས་རྒྱ་གསལ་མ་བསྟན་
པར་བསྟེན་པས་གཏང་ཆོད་ཅེས་པའོ། ཆོད་པར་བསྟེན་པའི་གསལ་པ་གཉིས་ལྟ་བུའོ།
ཟས་ནི་འདི་ལ་གཏར་པའི་ཆོད་ཅེས་པ་བྱེད་པས་རྒྱུད་པའི་ཆོད་ཅེས་པར་ཟས་——
ཡིད་ཀྱིས་གང་སྤྱིར་བལྟ་བུ་བཙོང་བུ་གཏར་བའི་ཁ་སྤྱོད་དང་། བཙོང་ལ་
དུ་བཙོང་ཆོད་ཅེས་པའོ། ཤེད་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་དུང་དང་ཁ་ཟེལ་བསྟན་
པར་བྱའོ། གང་པ་ཅན་ལ་ཡང་ཐོག་མར་ཤེས་པའི་རྟོད་བཙོང་པ་དེས་དཔྱུས་
པར་མ། མ་ཤོས་ན་གོ་ལོག་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱིས་གང་རུང་རུང་དུ་བྱས་ཏེ། ཡིད་ཀྱིས་
གང་སྤྱིར་བདད་བཙོང་བུའོ། རྒྱུད་ལ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། གོ་ལོག་ཅེས་

བཞི་བཅོམ་དག་པ་དེ་བས་ལྷག་པ་ལ་ལོགས་ན་མེད་པ་བྱས་ནས་སྤྱིད་མ་བྱུང་
 བའོ། འདྲ་པ་ལ་མེ་བཞིས་པ་བར་བ་ལ་རྒྱ་བཞིས་བཞི་ལ་བར་བྱ་བ་ནི། སྤྱི་
 རྟོན་དང་ཁ་ཟས་དང་སྤྱད་དོད་སྦྱོར་དང་ནད་ཚབ་ཐག་མཐིམ་རྒྱས་པ་ལ་བྱ་ལྟེ།
 དེ་རྒྱམས་གཅིག་ལ་འཛོམས་པ་ལ་བྱའོ། རྒྱ་བཞི་ཅེས་པ་ནི། ཟས་བཞི་ལ་གྲང་
 བསྐྱེ། སྤྱི་བཞི་ལ་དང་སྦྱོར་མ། དཔྱད་ལ་གཏར་དང་བཞི་ལ་བའི་རྒྱ་མདུག་
 སྦྱོད་ལ་མ་བཞི་ལ་བདད་སྟེ་ལ་བདད་གཏམ་སྟོན་པོ་དང་། ཡིད་དཀའ་བའི་
 གནས་དང་གོས་བཞི་ལ་བདད་ཡང་བཤེན་པའོ། རྒྱ་བཞི་འབྲུག་ལ་མེ་བཞི་
 སྤར་བས་སྐྱེམས་པར་བྱ་བ་ནི། དུས་གྱི་མེ་ཏོག་དང་ཉིན་གྱི་དམ་ཚེན་གྱི་དྲ།
 དཔྱད་ནི་མེ་དང་ཐུར་མ་དང་མེ་བཅོམ་དང་བསྐྱེམ་མེ་ཏོ། སྤྱི་གྱི་མེ་དོད་སྤྱོད་
 ཁ་ཟས་ནི་མེ་མར་དང་། ལུག་ཤ་མར་དང་སྒོག་པ། ཤ་རྩིང་དང་། མར་རྩིང་།
 ལང་ཚོ་འེ་མེ་བཅོམ་ལྟ་དང་། བཞི་བཅུ་རྩ་ལ་མཚན་དོ། རྒྱ་བཞི་ནི་དུས་གྱི་རྒྱ་
 དཔྱད་དང་དབྱར་རྩོད། ཐོར་ལས་དང་ཕྱི་རོ། རྩོད་དང་རྩོད། ཡུལ་གྱི་རྒྱ་
 རེའུ་གསེར་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེ་བས་མཐོལ། དཔྱད་གྱི་རྒྱ་བཞི་ལ་དུགས་གཏར་ཁ།
 སྤྱི་གྱི་རྒྱ་བཞི་ལ་སྤྱི་ནད་སྦྱོར་མ། ཁ་ཟས་གྱི་རྒྱ་གྲང་དང་རང་ཉ་སྤྱོད་གཏར་
 བཞི་གྱི་ཉ་གསར་པ། དར་བཞོད་ཤོག་ བར་མཛོད་ལ་གྱི་པོ་མའོ། བཞི་ལ་

པ་འབྱེད་དུ་བསྐྱས་པ་རྫོགས་མོ། །

མ་རྩ་གྲེ་ཤ་རྩོན་མོ། རྒྱ་ལ་པོ་འེ་བྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་བུ་མེ་ལྟ་དེ། ཉིན་མོ་དས་
 དབང་གིས་སྤྱད་པ་རྩོད་གནས་སུ་ཕྱིན། རྒྱ་ལ་པོ་འེ་གཤམ་པ་བྱུང་བོད་ལ་པོ་དས། །
 ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལ་གསར་པ་རོ་མ་ཞེས། ལས་དང་མ་བྱུན་པས་དབྱས་སུ་
 རྩོད་དང་མཇུག། ཁ་བས་ཏོག་ཡིད་བཞིན་པོ་ལྟ་བུས། ལུག་ཡོན་རིན་ཆེན་
 སྤར་བུ་ན་སུ་ལ། ཁ་ནད་ག་དོན་རྩོད་ལྟ་དང་། ལིང་ཆོ་རྒྱ་བཟུད་ཡང་ཡང་
 གདམས། རྒྱུན་པ་རྒྱམས་གྱི་མེ་ལྟ་ཡིན། རྩོད་མེད་རྒྱམས་ལ་གསར་བ་
 ཡིན། རྩོད་པ་མི་ཡི་བདུད་ཕྱི་ཡིན། རྒྱ་གར་ལག་རྩམ་སྤྱིད་གཏམ་ཡིན། །
 ཡང་ན་རིག་པ་བྱུལ་ཕྱིན། ལང་ན་རིག་པ་གསེར་གྱིས་བསྐྱས། ལང་ན་རིག་
 པ་དུས་བྱར་ལྟེ། རྩོད་སུ་རྒྱམས་ལ་མེད་དོ་བཞི། ལང་ན་རིན་ཆེན་དབྱ་
 ལ་རྒྱན། ལེ་མ་རྒྱལ་བྱོན་རྒྱམས་གྱི་སྤྱི་རྒྱ་ཡིན། ལུས་ལ་རྩན་སྤོབས་གྱིས་
 བེམས་ཅན་དོན་མཛད་ཅིང་། ལུ་དང་སྦྱོབ་མ་རྒྱམས་ལ་མི་འཛིགས་སྤྱིན་མཛད་
 པའི། རྩོད་སུ་པའི་ཞེས་རབ་སྤྱོད་ནས་སྤྱིད་བྱེད་པའི། རྩོད་སྤྱོད་མེ་པོར་སྤྱོད་
 ལ་འདུད། མེ་བཞིན་པ་ལྟ་གི་ཁ་པ་ལྟ་ནས། རྩོད་གཏུག་རྩོད་མཐིམ་ལྟ་
 ཚད་དང་། མཐོ་དང་བྱང་པོ་ག་ཆོགས་རྒྱམས་ལ། གཤམ་དང་མི་གཤམ་

བདག་ཏུ་མེད། །གཉན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་གཉན་ལ། །མི་གཉན་པ་ཡང་གཉན་
 པ་སྟེ། །གཉན་ཐོག་གཉན་ནི་ལེགས་པ་ན། །གཉན་ལེས་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད།
 ཚེས་ཆེན་ཆོས་རྒྱུད་མེད་པ་དུ། །སྤྱན་དྲུང་དང་རིག་བསྟན་ལ་བཅོས། །
 བསད་གང་བྱ་ཡི་ཁལ་སྟེན་ས། །སྒོ་བཞི་རྒྱ་དང་ཁོར་ནད་ལ། །མི་རིགས་
 བསོད་ནམས་ལུས་མི་གཅིག། །ནད་དང་གཉན་པ་རྟག་ཏུ་མེད། །མགོ་རྒྱུ་
 རྒྱུད་པའི་མི་འཆི་བས། །རྟེན་འདྲ་བྱ་བ་ལས་འཆི། །དེ་བས་གང་ཡང་བཅོས་
 བྱས་ནས། །ཆོ་བདེ་རྟག་གི་གཞེར་བྱ་གང་དང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་མེད་པ་འཆོ་བར་
 འགྱུར། །རྒྱུན་ལེས་བྱ་ཡི་ཁལ་སྟེན་ས། །སྤྱན་པས་ནད་དག་སྟོན་པ་ནི། །པ་
 ཡི་བུ་ཆ་ལེགས་མེད་ལ། །བྱ་གསལ་པོར་གིས་དོགས་པ་འདྲ། །དེ་བཞིན་གསལ་
 བདག་སྟོན་པ་ཡང་། །སྤྱན་བཞིན་གཞེར་ནས་བྱིད་དང་འདྲ། །སྤྱན་པའི་རྒྱལ་
 པོ་བྱ་མས་སེམས་སྟུན། །བྱ་དང་སྟོབ་མར་མི་འཇིགས་སྟུན། །ཤེས་རབ་མེད་
 པའི་སྟོབ་མ་ཡིས། །སྟོང་མཛོན་ཐེ་ཆོས་ལྟན་པར་མོད། །རྒྱུད་ལྟེ་བརྟེན་པ་ཉིད་
 གིས་འཛིངས། །འག་ལེན་རྟེན་པ་ཉིད་གིས་སྟོབས། །ཤི་བ་མཐོང་བ་རྒྱུ་མ་
 གིས་དང་སྟེ། །གཞེར་བྱ་གམ་ཆག་ཡིད་གཉིས་འཕྱུང་། །སྟོས་པ་བྱུང་ན་བྱོད་
 པ་སྟེ། །སྤྱན་པ་མེད་པར་ཏུར་ཀྱང་བྱེད། །མྱོང་ཆོན་ལ་རྒྱན་དང་འདྲ། །

གཏར་དང་ལྷག་ཏུ་འབྱིན་པའི་ཆོ། །མི་ཐར་རྒྱལ་ལྟ་བུ་འདྲ། །ལྷར་མ་མེ་
 བཅོར་བྱེད་པའི་ཆོ། །རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་བྱུང་པ་འདྲ། །མཁས་པ་མང་པོ་ཆོག་ས་
 པའི་ཆོ། །གཞོངས་ཅན་རྒྱུན་མ་ཐེན་པ་འདྲ། །དེ་བས་མི་འཇིགས་མཁར་ག་
 གཅེས། །དྲན་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཆི་སྟོས་ཀྱང་། །མདོར་བསྟུས་ཆ་གྲང་གཉིས་ལས་
 མེད། །ཆ་ཆོག་གང་བཟུངས་ལ། །གྲང་ཆོན་བཟུངས་པ་མེན། །སྤྱར་བ་
 དང་ནི་རྒྱན་པ་བཞིན། །ཆ་གྲང་བྱུང་ན་དབང་ཆེར་འགྱུར། །གཏར་བར་བྱ་བའི་
 ཅུ་རྒྱུ་མས་ལ། །རྟེན་གྱིས་ཆོད་ཀྱང་འཆི་བ་མེད། །ཅོད་རྒྱུད་འཕར་རྒྱ་རྒྱ་པོ་ཆོ།
 དེ་རྒྱུ་མས་དག་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །གསལ་དུ་སྤྱན་པས་མི་འཇིགས་མེད། །དང་
 པོ་རྒྱ་ཆད་དོགས་ནས་རྟག། །བར་དུ་ཐག་མེད་རྒྱུ་མས་པས་འཇིགས། །ཐམས་
 མི་ཆོད་རྒྱུ་མས་པས་འཕྲངས། །མེ་བཅའི་བྱ་བདག་གིས་ཀྱང་། །མི་གནས་འབྲས་
 ཐོ་མཚན་ལྟེ་ཐུ། །མཁྱིས་མཆོ་ཆོབ་དག་པ་ཡང་། །སྤྱིན་དུ་གར་ཡང་དག་ཏུ་
 གཏུབ། །ལྷར་མའི་སྤྱན་དག་རྒྱུས་པའི་ཆོ། །མཆིན་པ་སྤྱིད་པ་རྒྱུ་བཏུ་གཏུབ།
 རྒྱན་མེད་ཆོན་པོ་བདད། །མེ་ཡི་ཆ་བསྟུབ་པ་ལས། །དོན་སྟོང་རྒྱུ་མས་ལ་སྤྱར་
 བར་བྱ། །རྒྱལ་གྱི་མི་གསལ་མདུན་གསལ་ལ། །ནད་རྟེན་རྒྱལ་ལ་རྟེན་པ་མེད།
 རྟེན་པ་མན་ཆད་སྤྱན་མེད་སྟེ། །རྒྱུད་སྤྱད་མགོ་ཆོས་མེད་པར་འཕྲགས། །

ཚུལ་མདོ་འགག་མེས་པར། རྒྱུན་རྒྱུར་བྱེད་པ་དུག་གཤམ་ཡིན། ག
 འཛིན་རྒྱུ་ཉེས་པའི་ཚོ། རྒྱུན་གྱི་ཕྱི་ཚན་མང་དུ་སྤྱར། མ་ཐེབས་མང་པ
 རྒྱུན་མེད་ཡིན། གཉིད་དང་སྤྱད་པ་གཉེར་མ་པ་དུས། མཚན་ན་པ་སྤྱད་
 མདོག་འབྱུག། རྒྱག་གིས་རྒྱུར་ལ་མ་བསྐྱབ་པར། རྒྱུན་པས་ཐུག་པ་ག་ལ
 རྟེན། རྩལ་གཤེད་ཚོ་བཤད་ཀྱང་ཐུན། ཕྱི་མའི་གོ་བར་ཆེ་གསང་ཡང་།
 མཚན་ན་མི་བཟོད་ཉེ་འཚོམས་སྤྱུལ། འཁྱུར་ཆུ་བྱར་བསྐྱུ་ཉལ། རྟེན་མང་
 བས་མ་བསྐྱབ་པར། རྒྱུན་པས་ཐུག་པ་ག་ལ་རྟེན། རྟེན་རིག་པའི་མདུག་
 ཡིས་ནི། རྟན་པའི་བཟོད་དང་སྤྱར་བ་གཅེས། ཚེས་ཆེན་ནད་ལ་བཟོད་ཀྱང་
 ཆོ། རྒྱུར་པ་རྒྱུན་པ་རིམ་པས་ཤེས། གང་ཡང་རྟུང་པ་མེད་པར་འཇུ། མ
 ཤེས་པ་དུ་འགྲོགས་ཤིང་འཚོས། རྟེན་པ་ལས་མཁས་པར་ཤོང་། རྒྱུ་རྒྱུ་
 རྟེན་པའི་ལུ་ཐུན་པ། རྒྱུ་གཞུག་རྒྱུར་མཆི་པ་ལས་ཆད་ལ། རྟན་ནི་ཚུལ་
 གཉིས་ལས་མེད། རྒྱུ་རྒྱུར་ཚུལ་དེས་མང་བཅོས། མགོ་བོ་བཅོས་པའི་
 རྒྱུན་པ་ཡིས། རྟན་པའི་གསལ་ལ་རྟེན་པ་ལས་སྤྱད། རྟུལ་མདངས་ཚོན་བྱར་
 རྒྱུ་ལ། རྟོག་དུ་སྤྱེབས་ཚོ་གསོས་དཔལ་གཟུགས། རྒྱ་དཀྱིལ་རིམ་པ་མ་ཤོར་བྱ།
 རྩམས་པའི་མེ་འབྱུང་བཟེག་། འཐིབས་དང་ན་པ་འཇུག་པར་དུ་བྱང་། ཚེ་བཟེ

ལ་བསེལ་རྒྱུན་གཏོང་། གཏར་དང་ཟས་ཀྱང་གཡུན་ལ་བྱ། རྟེན་པ་གསལ་
 གསང་བ་བཟུལ་ཤིང་གསལ་ལ། རྒྱུན་དང་ལུས་ཀྱིས་བྱེད་པ་དུག་ག་ རྟོག་ན
 ཚུལ་འདྲ་བཞོམས། རྟེན་པ་ལས་མཁས་པ་རྒྱུག་ཆོ། རྒྱུ་མ་རྒྱུན་པར་མི་
 འདོད་ལ། རྒྱག་ལ་ཚུལ་ལུས་འདར་དང་། མཇུག་མར་སྤྱུག་ཅིང་ཐོབ་གས།
 ཤེད་རྒྱུར་འདྲེ་ཡང་མཐོང་བ་སྟོན། མི་འདོད་པ་ཡང་ཚོ་ཐད་ཡིན། རྟེན་པ་
 ལས་ཀྱང་མ་འཚོན། བྱང་ཞོག་འཚོས་པའི་རྒྱུན་པ་ཡིས། རྟན་པའི་གཏར་ཞིང་
 ཞག་གསོད་རྒྱུར། བར་དུ་རྒྱུ་མེར་རྒྱ་ཉལ་དུས། རྟན་དུ་རྒྱུ་མས་ཤིང་བྱིར་
 ལ་དང་། རྒྱག་གི་དུས་དང་འཐིབས་པའི་དུས། རྒྱག་པ་གཡུན་རྒྱུགས་ཅི
 རིགས་བྱ། མ་རྒྱུ་མ་བསྐྱབ་པ་བསྐྱུམ་པར་བྱ། གཞེར་མ་བཟེག་ཅིང་ཐོབ་གསོ།
 དཔུང་གིས་སྤྱེད་རྒྱུར་ལྟར་རྒྱུག་ཆོ། རྟེན་པའི་ལུ་ཐུན་པའི་ལྟུང་ལྟུང་
 ཞོག་བཅོས་པ་འདི་ལ་ནི། རྟན་དང་གཏོན་ལ་གཞེར་བ་དང་། མདོ་རུ་ཤར་ཆེ
 འཚིབ་ཡིན། རྟེན་ནི་བརྟག་པར་དཀྱུག་པ་ཡིན། བར་མ་མདོ་རུ་མ་ཤིན།
 ཞག་གསུམ་དག་ནས་གསོ་གྲག་ཡོད། གཏར་དང་རྒྱུན་དང་བཟུལ་རྒྱུར་ས
 བྱ། རྒྱུད་ཀྱང་ཤར་རྒྱུ་སྤྱེད་པ། རྒྱུན་མ་ཤི་གྲག་ཡོད་ཡིན། གཏར་བཟུལ་
 ཉལ་ག་རིང་བྱ་བྱ། འཇུ་མ་ཆེ་མེ་བཟོད་བྱ་བ་ཡིན། རྟེན་པ་ལས་མཁས་པ་རྒྱུར་ལ།

དེ་ནི་པཌི་པའི་ཕྱ་ལྷ་ཡི་ན། ཚེ་གསལ་པའི་པཌི་པའི་སྒྲིན་པ་ཡི་ས། །དང་པོ་
 གཞུ་བར་དུ་སྒྲུབ། །སྒྲུབ་པ་དང་ནི་སྒྲོང་ཚོང་བྱེད། །གལ་མདོའི་ཚེ་གསལ་དང་
 གཟེར་པ་པའི་ས། །སྒྲུབ་པ་པོ་དེ་ཅིང་གསལ་པ་གདགས། །ཆམ་སྒྲིན་མེད་པ་
 མེས་པར་པུ་སྒྲུབ། །སྒྲོང་སྒྲིན་པ་མི་ལ་སྒྲིན་ཅི་རིགས་སྒྲུབ། །མང་ལྷ་པོར་གྱི་
 གལ་སྒྲུབ་ས། །ནད་ལ་མདོ་དོན་ཚོ་གྲང་གཉིས། །སྒྲིན་པ་རིག་པ་ཤར་པ་ཡི་ན།
 ཕྱི་ཡུལ་དགྲ་དང་བློན་ལྷར་ཤེས། །སྒྲོང་སལ་རིག་པ་ཡོད་པ་དང། །རིག་པ་ཚོ་
 གྲང་སྒྲུབ་དུ་ཤེས། །མོར་མོའི་ཕྱི་ལ་སྒྲིན་ཡོད་པ་དང། །འི་བས་དོན་སྒྲོང་གར་ལ་
 ཤེས། །སྒྲོན་ཆད་ནོར་མཐོང་སྒྲུབ་དང་དང། །འདྲུ་རིག་པ་ཤར་པ་ཡི་ས། །
 མ་རིག་རྒྱུན་ལས་ཉེ་རིང་དུ་ག །མཁྱིས་པ་ཉིད་ནི་ཚོ་བསྐྱེ། །མཁྱིས་གཞུར་
 ལུས་རྒྱས་ཁྲིག་ཡིན་པ་ཁྲིག །མེར་རྒྱས་རྒྱར་མཆོད་རིམ་གྱིས་པ་གད། །ཚོ་བ་
 གར་སྒྲུབ་མཁྱིས་པར་རྟོགས། །དེ་ཡིས་སྒྲུན་ལྷ་གནོད་པ་པུ་སྒྲུབ། །པུ་སྒྲུབ་
 རྟོག་པ་ཁྲིག་གསལ་པ་ཉིད་པའི་དཔེ། །སྒྲུབ་ནི་ཚོ་གྲང་གཉིས་ལས་སྒྲོང་ས། །མོར་
 པའི་སྒྲིན་རྒྱུན་པའི་གསལ་ལ་མཐོན། །བྱུང་པའི་སྒྲིན་ལ་མཐོན་པ་དུ་སྒྲུབ། །པད་
 གན་རྒྱུ་ཡིན་གྲང་བར་རྟོགས། །དེ་ཡིས་གྲང་སྒྲིན་མཁྱིས་པ་ཤེས། །གྲང་པ་གར་
 སྒྲུབ་པར་གན་ཡི་ན། །དེ་ཡིས་སྒྲུན་ལྷ་གནོད་པ་པུ་སྒྲུབ། །པུ་སྒྲུབ་རྟོག་གར་

སྒྲུབ་དཔར་ཆེ་གསལ། །ཆུ་ལི་གར་སྒྲུབ་ཚོ་བསྐྱེ། །ཆུ་ཚོ་བས་ཆེ་ཆུར་གྲང་སྒྲུབ་
 སྒྲུབ། །ཆུ་བས་ཆེ་ནད་ལ་ལྷ་རྟོག་བྱེད། །དེ་ཡིས་སྒྲིན་ལོན་ཚོང་བྱེད་གཅེས།
 ཤེས་རལ་ལྷ་བའི་སྒྲིན་པ་རྒྱལ་ས། །ཆུ་རང་ཉིད་གྱིས་མ་བསྒྲུན་པར། །འཕམ་
 གཤགས་བྱུས་པས་གལ་སྟེད། །སྒྲིན་པར་ཉིད་གྱིས་མ་བསྒྲུན་པར། །ཁྱེར་
 མར་པའང་སལ་པས་གལ་སྟེད། །རྒྱག་རང་ཉིད་གྱིས་མ་བསྒྲུན་པར། །བུ་སྒྲིན་
 དུ་བྱགས་སལ་གལ་སྟེད། །ཆུ་རང་ཉིད་གྱིས་མ་བསྒྲུན་པར། །གདར་པ་བྱུས་པས་
 གལ་སྟེད། །གཟེར་སར་གིས་མ་བསྒྲུན་པར། །མེ་པའི་བྱུས་པས་གལ་
 སྟེད། །ཆོ་གྲང་གཉིས་གྱིས་མ་བསྒྲུན་པར། །སྒྲིན་དུ་བྱུས་པས་གལ་
 སྟེད། །སྒྲོང་སྒྲིན་སྒྲུབ་པ་ཤལ་སྒྲུབ་པ་ཤལ་ལས། །ཆོ་གྲང་པའི་པོ་དོན་སྒྲིན་
 གྱི་ལས། །དེ་རྒྱལ་སེམས་ཤེས་ན་གན་ཆོན་མེད། །པའོ་སྒྲོང་དུ་ཡི་གལ་སྒྲུབ་ས།
 སྒྲུབ་དང་མཁྱིས་པ་བད་ཀན་གསུམ། །ཁོ་པའི་ནད་ནས་པམ་པོ་དོན་བྱེད། །སྒྲོང་
 པད་པར་མཁྱིས་སྒྲུབ་རྒྱུད། །ཁོས་ཆོན་པ་བད་ཀན་ཡི་ན། །ཁོས་ཆེས་ན་
 པ་མཁྱིས་པ་ཡི་ན། །ཁྱེ་ཆེས་ན་པུ་དུ་པོ་དོན། །སྒྲོང་ན་ལྷག་པ་མཁྱིས་སྒྲིན་
 ཡི་ན། །སྒྲིན་ན་པོ་ཚང་པུ་དུ་སྒྲིན་ཡི་ན། །གཟེར་ལྷག་ཆོ་པམ་མས་ཅད་
 མཁྱིས། །ཕྱི་ཁྱིར་པའི་བས་པམ་མས་ཅད་པ། །པུ་སྒྲུབ་རྟོག་ཆེ་པ་ལྷན་ནི

ལྷན་པ་ རྟེན་པ་ཚུ་གྲང་གཉིས་ལུ་དུས། འདྲ་ནི་ཚུ་གྲང་རྒྱལ་གཉིས་ལ།
 མིང་ནི་རྒྱ་ཚོགས་བདག་ལ་ཤིང་པེམ། རྫོང་པའི་མི་དང་དོན་རྫོང་གྱི། རྫོང་
 ལུ་ཡེ་ཤོག་གང་ལྷན་པ་དང་། ལྷན་པ་མཁྱེས་བདག་ཚུ་གྲང་གཉིས། ཚུ་
 གྲང་པའོ་མཁྱེས་པའི་རྒྱུན་པ་ཡིས། ལྷན་པ་དང་ཐོབ་པའི་མེ་ཤོད་ཉམས། མེར་བུའི་
 ལྷན་པ་རྒྱ་ལྷན་གྱི། འབྲུ་འབྲུ་ལ་བཞོ་བྲང་པུན། བྱིད་བདེ་རྩལ་ཞིང་
 དམག་ལྷན་དངས། འར་ཐོན་ལོག་ནས་དམག་ཆེན་གྱི། འཕགྲུར་ལྷོག་མེད་
 པར་མནའ་ཐོབ་ཅད། འཕྱན་དང་རྫོལ་ཤིང་ཚད་བྲང་གྱི། ཚེ་ཟད་མ་གཏོགས་
 གང་ཡང་པའོ། འབྲུ་རྒྱམས་ཟེ་བྱིད་ག་ལ་པ་དང་། འབྲུ་ལ་པ་དམུ་རྒྱལ་
 མོགས་པ། མི་པའོ་བཤར་མོས་པ་ཡོད། རྟེན་པ་གང་ཡང་ཚད་བྲང་བཅོས།
 རྒྱ་གར་ཐོན་མི་དུ་ཡིས། འཕམ་པའི་ལ་ག་དུ་མ་སྤུས་ལ་གནང་། བྱི་ལུ་ཆེ་
 བས་རྫོང་ལ་གནང་། འར་མེས་གདང་མོ་མེད་པ་དུ། མན་དག་ལྷན་པ་
 ལྷོ་མི་གཏོད། རྫོང་རྫོང་ལ་ཡང་ཡིད་མི་ཆེས། འཕོ་བས་མ་མི་འཕོ་བས་
 ལྷན་པ་བྲུང་མ་ཟ། འཕྲུར་ཞེ་བྱིས་ཟེ་རྒྱ་པོད་ད། འཕོད་ཚད་ཤིས་ཚད་
 བསྐྱབས་བྱས་ཀྱང་། བེ་ཆོམ་ཟེ་ཞིང་ཡིད་མི་ཆེས། རྫོང་གཉིས་མེས་མ་ཅན་
 རྒྱལ་ལ་ཞི། བན་པོད་གས་རྒྱུན་པའི་གཏོར་གྲུར་པ། མཉེན་ཞིང་པམ་དེས

མཉན་དཔྱད་གར་པའོ་ཤེས། རྫོན་པའི་གཏོར་མཚོ་གནང་མེལ་དེ་ལ་ལྷག་
 པའོ་ལ་ནས། གང་ལྷན་པ་ལྷན་པ་མེ་པའོ་པ་བཤར་པ་དང་གྱི། རིན་ཆེན་
 རྒྱལ་དང་རྒྱལ་པ་མོགས་དག། ཚུ་གྲང་གནས་དང་ནམ་ལྷན་པའོ་ལ་བྱས་ལ།
 རྒྱལ་མན་དང་དུས་ཆོག་ལ་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤེ། ལྷན་ནད་ཚུ་གྲང་ནད་གང་
 ཡང་མེལ། རྟེན་པ་པམ་ཁྱེས་པ་གསུམ་པ་བདག་ནགས་དང་། བའི་པ་ལྷོ་
 གསང་རྒྱང་དུ་ལུ་པ་ཆེན་པོ་སྤེ། ལྷག་བདུན་མོག་རྫོང་གཉིས་ལུ་ཤེས་པར་གྱི།
 བརྒྱད་པ་མ་ཆེན་དུ་མ་དགྲུ་པ་མ་ཆེན་པ་སྤེ། འབྲུ་པ་མ་ཁྱེས་པ་བཅུ་གཅིག་
 མ་ཆོར་པའི་གསང་། འབྲུ་གཉིས་ཐོབ་བཅུ་གསུམ་རྫོང་ལའི་གསང་། འབྲུ་
 བའི་མ་གལ་མ་བཅོལ་ཡོད་མི་གསང་། འབྲུ་དུ་ག་རྒྱ་རྫོང་འབྲུ་འབྲུ་རྒྱ་རྫོང་
 དེ། འཕོ་བརྒྱུད་རྫོང་ལ་གས་བཅུ་དགྲུ་ཆོལ་ཀྱང་པ་པོ་སྤེ། རྟི་ཤུ་ཆོལ་
 ཀྱན་གཤེས། རྟེན་པ་མན་ཚད་གྲང་པའི་གནས། རྟེན་པ་ལ་ལས་གཤེས་
 ཆོན་པེ་ལུ་པེ་གཤེས། རྟེན་པ་ལྷན་པུ་གཅིག་བཅུ་ཡི་མན་ཆད་ལ། མོ་
 མེའི་གསང་དུ་མ་གསང་པའི་རིག་པས་དཔྱད། བན་པའི་རྫོང་པའི་བཞོད་ཀྱིས་
 མི་ལང་སྤེ། བྱིག་པའི་མ་ནི་རང་གསང་ཉིད་ཀྱིས་རྫོང་། མན་ནན་རྫོང་ས་
 ཀྱིས་ནད་པའོ་ག་དུ་པེམ། བན་ནན་མན་ཆོར་མན་ནན་པའོ་བདད་པ་ལ། མགས་

བསམ་གསུམ་དག་ཏུ་བསྒྲིག་པར་བྱ། །དེས་མ་ཡན་ན་པའི་ལྷ་པདྨ་ནི་སྤྱིང་། །
 དཀྱིལ་དང་བཅུ་གཅིག་དག་ལ་དང་པོ་གཟུགས། །རྒྱ་བཀྲ་དཀྱིལ་བཅུ་ཅུ་གཉིས་
 གསལ་། །ཞེས་ཟེར་བ་ལ་འཁྲུག་པ་ཡིན། །གང་ན་གསལ་དུ་ཡན་ན་ལྷུས་
 གྲུང་མཚན། །བཅུ་བཞི་མཚན་མཚོན་རེ་ལྟར་རེ་ཞོས་ཆོས་མེད་པ་ལོ། །དེ་
 ཡང་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ཟད་པ་གད་པར་བྱ། །ཤར་ཆོན་རུས་པའི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་ལི་
 བད། །རྒྱུད་ནད་རྒྱུས་ལ་ཡན་དེ་མཐིམ་པ་གཤམ་པར་དང་། །རྒྱུད་ནད་ཆོག་དང་
 ཡུན་རིང་ཟས་ཤོར་ཅན། །གཅིག་པ་གྲུག་དང་གྲུད་པར་རྒྱུད་ཞུགས་དང་། །
 མལ་གོང་ཐུག་པ་གཟེར་ལ་ཡན་པ་ཡིན། །གཉིས་པ་མཐིམ་ནད་མིག་མེར་
 གྲུད་མང་ཡོངས་ལ་ཡན། །གསུམ་པ་བད་ཀན་རྒྱ་པོ་མཚོན་པ་རྒྱ་སྒྲུག་དང་། །
 རེ་མས་དང་སྒྲོ་དང་རུ་ཤིག་ཟེར་ལ་ཡན། །བཞི་པ་སྒྲོ་ནད་ཀྱན་བུ་སྒྲོ་དག་ཟེར་
 ལུ་པ་དང་། །སྤྱིང་ནད་སྤྱིང་དང་མཚོན་པ་ཆོག་དང་ཐུང་ལ་ཡན། །ལྷལ་སྒྲོ་ལ་
 རྒྱུན་ཡོད་རྒྱུ་རལ་སྤྱིང་མི་ཏན། །སྒྲོ་དང་དང་ག་མི་པོ་རྒྱུ་གསལ་དང་། །སྒྲོ་
 བད་རྒྱུད་ནད་ཆོག་དང་། །པོ་མ་དང་སྤྱད་པ་གསལ་དག་ལ་ཡན། །སྤྱིང་གི་
 དེ་ལུ་སྤྱིང་མཚན་དག་ལ། །གཞི་མ་རིག་པ་ལས་པོ་དོད་ཆགས་དང་། །ཞེས་དང་
 གཏི་ལུག་གསུམ་དུ་སྤྱིང་། །དེ་ཡང་རྒྱུད་མཐིམ་བད་གསུམ་སྤྱིད་པ་ནི། །

གསུམ་པ་རྒྱུས་པ་ལ་རྒྱུས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ནད་སྤྱིང་པའི་པོ་སྤྱིང་དང་པའི་བརྒྱ་
 རྒྱུས་པ་ནི། །མང་བས་སྒྲོ་དང་མཚན་མས་གྱི་ལ་གོ་བར་མི་རུས་དེ། །རྒྱུད་དང་
 མཐིམ་བད་གསུམ་དུ་རྒྱུས། །དེ་ལས་ཆོག་དང་གཉིས་མི་ཞེས་དགོས་དེ། །
 མཐིམ་དང་བཟུགས་རེ་མས་གསུམ་ནི་ཆོ་བ་ལོ། །རྒྱུད་དང་བད་སྤྱིང་གསུམ་
 བེ་ཤར་པ་ལོ། །
 དེ་ཡང་ནད་ཀྱི་གཞི་བསྟན་པ་དང་། །གཅིག་ཏུ་བསྟན་པ་དང་གཉིས་
 རྒྱུ་བྲག་བསྟན་པ་དང་གསུམ་ །གནས་བསྟན་པ་དང་བཞི། །སྤྱིད་པ་ཤི་སྤྱིན་
 བསྟན་པ་དང་ལྷ། །སྤྱིད་པ་ཤི་རྒྱ་བསྟན་པ་དང་ལྷ། །ན་པ་ཤི་རྒྱུས་བསྟན་པ་དང་
 པདྨ། །ན་པ་ཤི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་དང་བརྒྱད། །བཅོས་པ་ཤི་མཐས་བསྟན་
 པ་དང་དགྲ། །སྤྱི་རྒྱུས་བཅད་པ་ཤི་མཐས་བསྟན་པ་དང་བརྒྱུ་ལོ། །མཐིམ་པ་ཤི་
 གཞི་ནི་ཞེ་སྤྱང་ལས། །ཆོ་བ་ཤི་མེ་དོད་ཀྱིས་སྤྱིན་ཆགས། །མཐིམ་པ་བརྒྱ་ཅུ་
 གཅིག་ཀྱིས་ལ་གནས་པ་ལོ། །མཐིམ་པ་དགྲ་ནི་ཆོ་བ་ལས་རུ་བར་མང་ལ་རྒྱག་
 པ་སྟེ། གཤེར་སྤྱིན་སྤྱེམ་པ་ཤི་མེ་རྒྱུན་ཅན་ནོ། །མཐིམ་པ་ཤི་རྒྱུ་བྲག་ནི་ཁྱད་
 པར་དང་ནི་སྤྱན་མེར་པོ། །རྒྱུད་པར་ནི་མང་ལ་རྒྱག་པ་ལས་མཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་ལོ། །
 རྒྱན་མེར་གི་བརྒྱ་ཅུ་གཅིག་གཤེར་མི་པོ་དོད་དོ། །མཐིམ་པ་ཤི་གནས་ནི་སྤྱན་

མོང་དང་ཁྱད་པར་གཉིས་སོ། ཁྱད་པར་ནི་ལུ་པ་དང་མ་ལུ་པ་འཛམ་མཐའ་
 གནས་ཏེ་འཇུག་པའི་ལས་བྱེད་དོ། ལུ་མོང་ནི་ཕྱི་ན་སྒྲུ་མན་ཆད་ནས་ཤེ་བ་ཡན་
 ཆད་ལ་གནས་ཏེ་བྱེད་གནས་བཅུ་སྟོལ་པ་ནི་པདྟེར་མི་པདྟེར་དོ། །མཁྱིས་པ་
 རྒྱུད་པ་ནི་རྒྱུར་རྩ་དང་དྲོ་བ་མར་པས་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་མོ། །སྟོང་པ་འི་རྒྱ་
 བྱིང་ལ་དུ་བ་དང་དུག་ལུ་པ་དང་ཆད་ཏེ་ཚན་གྱིས་བསྟན་དོ། །ན་པ་འི་དུ་མ་
 བྱི་སྟོན་དང་ཉིན་བྱིད་མཚན་བྱེད་དོ། །ཚ་པ་འི་དུ་མ་སྟེར་པའོ། །མཁྱིས་པ་ན་
 པ་འི་མཚན་ཉིད་དོ། ཁྱད་པར་དང་ལུ་མོང་མོང་གཉིས་སོ། ཁྱད་པར་ནི་མོང་བན་
 པ་དང་། དང་ག་མི་པདེ་བ་དང་། མིག་མེར་བ་དང་ལུ་མཁྱད་པར་དུ་ཚ་པའོ།
 བྱེད་གནས་ནི་འཇུག་ཆ་གཅིག་སྟོལ་ཏེ་ཚ་བ་སྟྱི་འི་གཞུང་དོ། བཅོས་པ་འི་ཐབས་
 པ་སྟེན་པ་ནི། ཁྱད་པར་དང་ལུ་མོང་མོང་གཉིས་སོ། ཁྱད་པར་ནི་མཁྱིས་པ་པཔར་
 ཞིག་གི་སྒྲིན་རྒྱུར་པ་དང་། དེ་འི་ལུགས་དང་། དེ་འི་རྒྱུད་ལ་མ་དང་། དེ་འི་
 ཟས་ལ་མོགས་པའོ། ལུ་མོང་གིས་ཞིབ་དང་རྒྱུད་པའོ། ཞིབ་ནི་མངར་པ་
 དང་ལ་པ་དང་རྒྱ་བ་ལ་མོགས་པའོ། ག་པུར་གླུར་ཀུམ་གྱིས་རྒྱུར་ཤེ་རྒྱུར་པའོ།
 རྒྱུད་པ་ནི་མཁྱིས་པ་དང་ཚ་པ་འི་རྒྱུད་པ་པཔར་ཞིག་ལུ་པའོ། མཁྱིས་པ་འི་རྩེས་
 རྒྱུད་པ་འི་ཐབས་ནི། ལུ་མོང་དང་ཁྱད་པར་གཉིས་སོ། ཁྱད་པར་ནི་དྲི་ག་དྲི་

ལུ་མོང་ལྟུར་པ་དང་། ཚོགས་པ་བཅུ་པ་བསྟེན་པའོ། བྱེད་གནས་ནི་དྲོ་བ་སྟེན་
 པ་དང་ལུ་པ་ལུགས་ཀྱི་མཚན་མས་རྒྱུར་པའོ། ཚ་བ་སྟྱི་འི་བཅོས་ཐབས་ལས་ཤེས་
 པར་ལུ་པའོ། ཞིག་གི་གནས་ནི་ལུ་མ་དང་མཁྱིས་པ་ཚ་པའོ། ཞིག་གི་རྒྱ་བྱི་ལུ་མ་
 ཀྱི་པ་དྲུད་རྒྱུས་པའོ། ཞིག་གི་བྱེད་གནས་ནི་འཇུག་ཆ་གནས་པ་དང་རྩིང་པའོ།
 ཞིག་གི་གནས་ནི་དོན་སྟོང་ནང་མོ་པའོ། ཞིག་ལྟེད་པ་འི་རྒྱུན་ནི་གཙང་དང་
 མེ་དང་ཉི་མའོ། ཞིག་རྒྱུད་པ་འི་རྒྱ་བྱིང་ལ་དུ་བ་དང་དུག་ལུ་པ་དང་རྒྱ་རྒྱུག་དང་།
 རྒྱ་བས་དང་ཁུར་ཆེན་པོ་པུར་པ། ཞིག་ན་པ་འི་དུ་མ་ནི་སྟོན་དུ་བ་དང་ཉིན་
 བྱེད་མཚན་བྱེད་ན་པའོ། ཞིག་ན་པ་འི་མཚན་ཉིད་ནི་ཁྱད་པར་དང་ལུ་མོང་མོང་
 གཉིས་སོ། ཁྱད་པར་ནི་རྒྱ་པ་ལུགས་པ་དང་གཞིར་པའོ། ལུ་མོང་ནི་ཚ་པ་འི་
 རྒྱགས་ཀྱི་པ་ལུགས་ཤེས་པར་ལུ་པའོ། ཞིག་པཅོས་པ་འི་ཐབས་ནི། ལུ་མོང་
 བྱེད་གནས་དུ་བ་དང་ཞིག་རྒྱུན་མས། ལྟུང་ཞིག་པ་ལས་པའོ། ལུ་མོང་ནི་མང་
 དང་བྱེད་པ་ལྟུར་པའོ། པ་ལུ་སྒྲིན་དང་རྒྱུག་སྒྲིན་དང་ལུ་མ་བསྟན་པའོ། ཞིག་གིས་
 བྱེད་ཆེས་བཅད་པ་ནི། ཁྱད་པར་དང་ལུ་མོང་མོང་དོ། ཁྱད་པར་ནི་གནད་ན་པ་འི་
 གསལ་དུ་བསྟེན་པ་དང་། དྲི་ག་དྲི་སྒྲིན་མར་རྒྱུར་པ་དང་། པ་ལ་ག་འི་སྒྲིན་
 མར་རྒྱུར་པའོ། ལུ་མོང་ནི་ཚ་པ་འི་རྒྱུན་པཅད་པ་ལས་ཤེས་པར་ལུ་པའོ། །

རིམས་ཀྱི་གཞི་ནི་མཁྱིམ་པའི་མེད་དྲུག་གིས་མཁྱིམ་པའི་ཐྱག་པའོམ་པའོ།
 རིམས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ཚུལ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་པར་བཟུགས་པའོ། རིམས་
 ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་ཚབ་དང་། ལྷན་མོང་ནི་གཉིས་དྲེ། ལྷད་པར་ནི་རྒྱུར་མཁྱིམ་
 བད་ཀན་གསུམ་ལ་པད། གད་ཚིང་རིམས་དང་གྲང་རིམས་ལོ། ལྷན་མོང་
 བེ་མང་དུ་སྒྲིམ་དྲེ་འདྲིར་མི་འདོད་དོ། རིམས་གནས་པའི་ས་ནི། ལྷད་པར་
 དང་ལྷན་མོང་གཉིས་ལོ། ལྷད་པར་དུ་རྒྱུར་རིམས་ནི་སྤྱོད་པ་དང་ཚོགས་པ་ལ་
 གནས། མཁྱིམ་པའི་རིམས་ཐོབ་ལ་གནས། ལྷན་མོང་གི་གནས་ནི་མང་དུ་
 སྒྲིམ་དྲེ་འདྲིར་མི་འདོད་དོ། རིམས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུན་ནི། དང་པོ་བད་ཀན་དུས་
 ལུ་སྤྱོད་པམ་བྱས་པ་དང་། མཁྱིམ་པའི་དུས་ཅང་དང་བསྐལ་མ་བཟང་པ་དང་།
 རྒྱུར་གི་དུས་ལུ་སྤྱོད་པམ་བྱས་པ་བའོམ་པའོ་བྱ་བའོ། རིམས་ཀྱི་ན་པའི་དུས་ནི།
 དབྱར་དགུ་རྩེ་ནི་མཁྱིམ་པ། དཔྱིད་བད་ཀན་དགུ་ར་དུས་པའི་རིམས།
 མེད་དང་མེད་དྲུག་གན་གྱི་དུས། བེ་མང་སྤྱོད་རྒྱུར་གི་དུས། ཉིན་སྤྱོད་
 མཚན་སྤྱོད་མཁྱིམ་པའི་དུས་ལོ། རིམས་ན་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་ལྷད་པར་དང་
 ལྷན་མོང་གཉིས་ལོ། ལྷད་པར་ནི་མགོ་ན་དང་གམི་བདེ། རྒྱུར་ལ་གདང་
 ཚོགས་ན་པའོ། ལྷན་མོང་གི་ཚབ་པའི་བྱི་རྒྱལ་ལ་བརྒྱལ་ས་ཤེས་པར་བྱའོ།

རིམས་བའོམ་པའི་ཐབས་ལ་ལྷད་པར་དང་ལྷན་མོང་གཉིས། ལྷད་པར་ནི་
 བད་ཀན་གྱི་རིམས་ཀྱིས་རྒྱུར་པ་དང་རྒྱུན་གྱིས་བའོམ་པ། རྒྱུར་གི་རིམས་ནི་ཐས་
 གཤམ་མེད་ཀྱིས་བའོམ་པ། ལྷན་མོང་གི་ཚབ་བྱིལ་ཤེས་པར་བྱའོ། རིམས་ཀྱི་
 བྱེ་བྲག་བའོམ་པའི། ལྷད་པར་དང་ལྷན་མོང་གཉིས། ལྷད་པར་དུ་བྱེ་བྲག་
 དང་རྒྱུར་གསལ་བསྐྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཐུགས་ཚོགས་བྱའོ། ལྷན་མོང་ནི་ཚབ་
 བྱིལ་ཤེས་པར་བྱའོ། གད་བཞི་བརྒྱུ་ཅ་བཞི་སྤྱོད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྤྱོད་པའི་
 རྒྱུ་རྩེར་དང་ས་བཅད་རྒྱུ་པར་བྱེ་བྲག་ རྒྱུར་གི་གཞི་ནི་ལས་མ་དག་པ་ལས་
 འདོད་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཀས་རྒྱུར་བརྒྱུ་ཅ་གཅིག་ལས་ལ་ལྷད་པར་གནས་
 པའོ། རྒྱུར་ན་པའི་རྒྱ་ནི་མཉམ་དུ་གནས་པའི་རྒྱུར་ལས་རྒྱུར་ཅང་ལས་ལྷག་
 ལྷག་མེད་པའི་ལས་སྒྲུ་ཚོགས་བྱེད་པའོ། རྒྱུར་ནི་བྱེ་བྲག་གི་ལྷད་པར་དང་ལྷན་
 མོང་གཉིས་ལོ། ལྷད་པར་ནི་ལས་སྒྲུ་ཚོགས་བྱེད་པའོ། ལྷན་མོང་གི་བརྒྱུ་ཅ་
 གཅིག་དུ་སྒྲིམ་དྲེ་འདྲིར་མི་འདོད་དོ། རྒྱུར་གནས་པའི་ས་ནི་ལྷད་པར་དང་ལྷན་
 མོང་གཉིས་ལོ། ལྷད་པར་ནི་རྒྱུ་པའི་གནས་རྒྱུ་བཟང་ཚོགས་པ་དང་པོ་དང་
 རུས་པ་དང་རྒྱུ་པོ་དང་རྒྱུ་པ་དང་ལྷེ་བ་མཚ་ཆད། རྒྱུར་པ་ལྷན་ཆད་ལ་གནས་
 ལོ། ལྷན་མོང་ནི་ལུས་ལྷད་པར་གནས་དྲེ་འདྲིར་མ་སྒྲིམ་ལོ། རྒྱུར་སྤྱོད་པའི་

རྒྱུན་ཞིག་ཉིད་ཆགས་པ་དང་། སེམས་ལས་དག་པོ་དང་། རྒྱུད་ན་དང་དག
 ལུལ་གྱིས་སྦྱེད་པ་ལོ། རྒྱུད་སྤོང་པའི་རྒྱ་མི། གཏམ་མི་སྒྲུབ་པ་དང་རྒྱུད་དག
 དང་། དག་ལུལ་གྱིས་སྤོང་པ་ལོ། རྒྱུད་གིས་ན་པའི་དུས་མེ། དཔྱིད་སྐོས་ཀ
 དང་སྤྱི་དོ་ཐོང་པ་དང་ཟས་ལུ་པའི་རྒྱུ་ལས་ན་པ་ལོ། རྒྱུད་ན་པའི་མཚན་ཉིད་མི།
 རྒྱུད་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་མོ། རྒྱུད་པར་ནི་མོ་དང་རྒྱ་བདང་མེད་པ་དང་
 དཔྱིད་སྐོས་ན་པ་ལོ། ཐུན་མོང་ནི་རྒྱུད་རྟགས་ཉི་ལྷ་རྩ་ལས་ཤེས་པར་ལྟོ།
 རྒྱུད་གསོ་པའི་ཐབས་ལ་རྒྱུད་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་མོ། རྒྱུད་པར་ནི་བཅུད
 གསུམ་གྱི་ཁང་གཏོང་བ་དང་། མགོ་པའི་ཁུན་བདང་བ་དང་། བསྐྱུ་མཉེ་བྱུ་ལོ།
 ཐུན་མོང་ནི་པཌམ་རྒྱུ་རིང་བ་དང་། མར་བསྐྱུ་མཉེ་བྱུ་གསལ་པ་ལས་ཤེས་པ་ལོ།
 རྒྱུད་མི་ཕྱི་རྒྱུ་ཤེས་བཅད་པ་མི། རྒྱུད་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་མོ། རྒྱུད་པར་ནི
 ཕྱི་གཟིགས་རྒྱལ་པའི་རྒྱུད་སྤོང་དང་། ཡན་རུས་དང་ཚོགས་པ་དཔྱུན་པ་བསྐྱེད་
 རྒྱུད་དེ་ལས་ཐལ་ན་གསལ་གྱིན་བསྐྱེད་ ཐུན་མོང་ནི་ཤིང་གྱི་ན་དང་སྤོང་པའི་
 མུན་མར་སྤྱུར། མུ་མཔའི་ཟས་སྤོང་པ་བཞིན་རྒྱུད་གསལ་བསྐྱེད་པ་ལོ། བད
 ཀན་གྱི་གཞི་ནི་མི་མ་རིག་པ་ལས་གཏི་ལྷག་པ་སྦྱེད་ནས། བད་ཀན་བརྒྱུ་རྩ་
 གཅིག་ཁྱབ་པར་གནས། བད་ཀན་གྱི་རྒྱ་ནི་རྒྱ་ལས་རྒྱ་བད་ལས་རྒྱ་གཉི་

བཤེར་ཞིང་རྒྱན་པའི་ལས་བྱེད་དོ། བད་ཀན་གྱི་བྱེད་པ་ནི་ལྷ་དཔར་དང་ཐུན
 མོང་གཉིས་མོ། རྒྱུད་པར་ནི་མུན་བྱེད་ཟས་ཀྱི་པཌམ་བྱེད། གཞོད་བྱེད་རྒྱུ
 ལས་བྱེད་པ་ལོ། ཐུན་མོང་ནི་བཅུ་པམ་བརྒྱུ་རྩ་གཅིག་ཏུ་པོད་དེ་པོད་པའི་
 པོད་དེ་དོ། བད་ཀན་གྱི་གནས་མི་ལྷ་དཔར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་མོ། རྒྱུད་པར
 ཚོགས་མ་ལུ་པའི་གནས་དང་། ཁང་དང་། མགྲུ་ལ་དང་། མགོ་དང་། རྩེ་བ
 ལན་ཆད་དང་། ཕྱི་བོ་མན་ཆད་ལ་གནས། ཐུན་མོང་གིས་ལུས་ཁྱབ་པར་
 གནས་པ་དང་མང་དུ་པོད་དེ་པོད་པའི་པོད་དེ་དོ། བད་ཀན་སྦྱེད་པའི་རྒྱུ་མི།
 རྒྱུ་མ་པ་དང་ཕྱི་བཟས་གཉིད་ལོག་པ་ལོ། བད་ཀན་སྤོང་པའི་རྒྱ་མི། གཏུ་ལ
 རྒྱུད་སྤོང་དང་། ཚོ་སྤྱུར་དང་། ཕྱི་པའི་ཟས་ཀྱིས་བསྐྱུར་དོ། བད་ཀན་ན་པའི
 དུས་མེ། དཔྱིད་དང་མོད་དང་མེ་ལོད་དང་། ཟས་ཟོས་པའི་རྒྱུ་མ་པ་ལོ། བད་ཀན་
 ན་པའི་མཚན་ཉིད་མི། རྒྱུད་པར་དང་ཐུན་མོང་སྤྱེ། རྒྱུད་པར་ནི་མོ་བན་ཞིང་
 རྒྱུད་བདང་། མགོ་ན་བདང་། གནས་རྒྱ་ཚན་རྒྱུད་པ་ལོ། ཐུན་མོང་ནི་ཤིང་
 པའི་རྟགས་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་ལྟོ། བད་ཀན་བཅོས་པའི་ཐབས་ནི་རྒྱུ་གས
 པ་དང་། རྒྱུད་སྤོང་དང་། རྒྱུ་བཤུ་པ་དང་། བརྒྱས་སྤྱུར་དང་། ཚོ་བ་དང་། ལན་
 ཚོ་བ་དང་། ལན་ཆད་པོ་ཐོ་པའི་སྤྱུ་མི། སེ་ལུ་པའི་རྟེས་མ་པ་དང་། རི་ལ་ལུ

དང་ཚེ་ཁོང་རྒྱལ་པོའི་སྒྲིམ་དང་ཟུག་པ་དང་དོ། བད་ཀྱན་གྱི་སྤྱི་ཤེས་གཅོད་པ་
 བློ་ཚོགས་པ་གསུམ་པོའི་ཁ་གསུམ་པ་བསྟེན་གྱོ། གང་ན་པོའི་མར་མེ་བཅོས་
 ཚོས་པ་མང་དུ་བསྟེན་པར་བྱའོ། སྒྲིམ་གྱི་གཞི་ནི་རྒྱལ་པོས་མང་ལས་རྒྱལ་
 པོའོ། སྒྲིམ་གྱི་རྒྱ་ནི་བད་ཀྱན་མཐུ་པོའོ། སྒྲིམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ནི་ཡང་བད་ཀྱན་
 པོའོ། སྒྲིམ་གསལ་པོའི་མེ་ཁྱུང་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་མོ། ཁྱུང་པར་ནི་
 མོ་བན་པོའོ། ཐུན་མོང་ནི་ནང་ལོ་པ་དང་། དོན་སྤྱིར་ཀྱན་པོའོ། སྒྲིམ་སྤྱིར་
 པོའི་རྒྱ་ནི་མེ་ཁྱུང་དང་གོས་རན་པ་དང་། ཡང་བའི་ཟས་ཚོས་པོའོ། སྒྲིམ་
 སྤྱིར་པོའི་རྒྱ་ནི་གཙུག་ཉུང་ལུས་སྤྱིར་པོ། སྒྲིམ་ན་པོའི་དུས་ནི་ཟས་ཚོས་
 པོའི་ཤེས་པོའོ། ན་པོའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཁྱུང་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་ཏེ། ཁྱུང་
 པར་ནི་མཁྱིས་པོའི་སྒྲིམ་དང་གཞི་བདེ་མིག་མེར་བདད། བད་ཀྱན་གྱིས་སྒྲིམ་
 མོ་བཟླ་བའི་ཁོང་ཟས་མི་འཇུག་དང་། རྒྱུད་གི་སྒྲིམ་ཆེ་ཆུང་དང་འགྲུར་ཕྱོགས་མང་
 པོའོ། ཐུན་མོང་གི་གྲང་བསྟེན་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་ཤེས་པར་བྱའོ། སྒྲིམ་བཅོས་པོའི་
 ཐབས་ནི། ཁྱུང་པར་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་ཏེ། ཁྱུང་པར་དེས་མཇུག་དང་། མེ་
 བཅོང་དང་ཐུར་མ་སྦྱོང་ས་མོ། ཐུན་མོང་ནི་གྲང་བསྟེན་ཀྱི་བཅོས་པོས་ཤེས་པར་
 བྱའོ། སྒྲིམ་གྱི་སྤྱི་ཤེས་བཅད་པ་ནི་དེ་སྤུངས་དང་མེ་བཅོར་དང་། དུགས་པ་བཟུང་

ཞིག་བྱའོ། བན་སྒྲུབ་ཆེ་བ་རྒྱུ་རྒྱ་བཞིའི་སྤྱིར་གྲང་པོའི་རྟེན་སྤྱོད་གྱིས་བཅད་
 རྒྱུ་པར་བྱེད་པོ། དེ་བཞིན་ནང་ཁོ་ལོ་དོན་སྤྱོད་སྤྱིར་ཡོ་ལོག་ཤར། ཚེ་
 གྲང་གཉིས་ལས་མཁས་པ་པས་དེ་བྱུ་ཆེད། བན་ལྟན་པོའི་ནད་གང་བྱུང་ཡང་
 རུང་ཚེ་གྲང་པོ་ཚོས་ཤེས་པོའི་སྒྲིམ་པོའི་རྒྱལ་པོར་འགྱུར། སྒྲིམ་དང་བྱུང་འབྱུང་
 སྤྱིའི་དོན་བསྟུན་ཆོན་མི་དུས་མཛད། །ལས་གྱིས་འབྲེལ་བའི་ལག་དུམ་སྤུས་
 ལ་གཞན། །འོད་ལུལ་དུ་བྱས་སུ་ལེགས་སྤྱོད་ལ་བརྒྱད། །ལས་དང་འབྲེལ་
 པས་ད་ལྟ་དོས་མ་མཚིས། །ཡིག་རྒྱུད་སྤྱིར་པོའི་སྤྱོད་མ་དང་། །མན་རག་ལུང་
 སྤྱིར་བྱིན་པོའི་སྤྱོད་མ་ནི། །ཕྱིར་ཕྱིར་གྱེས་པས་དམ་དུ་སྒྲུ། །ཁ་ནས་ཚོགས་པོར་
 མན་རག་སྟེ། །རང་ས་ས་སྤྱིར་ན་འཆལ་པར་འགྱུར། །དེ་བས་མན་རག་པ་སྤྱིར་
 ཞིང་སྤྱི་ནི། །རྟེན་སྤྱོད་གྱིས་བཅད་ཤོགས་མོ།

སྒྲིམ་གྱི་སྤྱི་ཤེས་རྟེན་དོན་གྱི་རྒྱལ་པོའོ་ལ་བྱུག་པའོ་ལོ། དཔར་སྤྱུག་ཆེན་པོ་
 མཇུག་ཆེ་བས་ཐོར་བུ་ཆོག་དུ་དྲུང་ལ་མན་རག་ཆེ་བའི་ཆེ་གསུངས་མོ། བན་
 པོའི་བརྒྱུ་རྒྱ་བཞིའི་དོན་ཅིང་སྤྱོད་པོའི་སྤྱོད་པོའི་སྤྱོད་པོའི་སྤྱོད་པོ། ཅུའི་སྤྱོད་ཀྱན་སྤྱིར་
 དུ་རྒྱག་པས་མོ། སྤྱེས་པ་ལ་མར། བྱང་མེད་ལ་ཡང་བྱར། དེ་ལ་དན་དའི་
 བ་གལ་ནི། དན་དུ་བྱེད་སྤྱེས་བྱས་པ་དང་། ཡེ་གྲུར་དང་མཚན་ལ། རྒྱུ་ཚུ་ཞྱེ

[illegible]

བཏང་དོ། རྒྱལ་པོ་ཆོས་ལོང་གི་སྤྱིང་སལ། ཡུ་རུ་རྩོན་པུ་དང་ཟངས་ཅི་
པའི་པལ་པུ་རྣམས་ཆང་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་དོ། བཅོམ་མོ་བུ་ཐོག་གི་བཤལ་
ལ། རྩོན་པུ་རྣམ་རྩ་དང་། སེའི་ལིང་དང་། ཆང་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་དོ།
མཁོ་ན་པོ་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་སྤྱིང་སལ། ཤིང་མང་རྒྱ་ཅན་རྣམས་པ་དང་།
ནས་པལ་པུ་ཅམ་དུ་བརྟེན་པལ་སྤྱང་པའི་ནང་དུ་བཅོས་དེ། ཆང་དུ་བསྤྱངས་དེ
དངས་མ་བཞུར་ཁིང་བཏང་དོ། ཡང་ན་བཁོ་ན་པུ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ལོ། ཡང་ན་
ལྷི་ལ་རྒྱ་ཆང་དང་སྤྱར་དེ་བཏང་དོ། སྤང་ཅི་དོ་པོ་ཡི་བཤལ་ལ། སྤང་ཅི་དོ་
པོ་པོ་མ་དང་རྩ་བམ་ལུ་པལ་ཁི་བཤལ་པལ་པུ་རྣམས་དང་ཁ་ཀར་སྤྱར་ལ་བཏང་
དོ། ཡང་ན་གཞུགས་པ་དཀར་པོ། སེའི་པོ་མ་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་དོ།

ལྷུག་ལ་ཞེ་བདུན་ཅན་ལ་བར་འཁོར་བ་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་ངོ་།
 མཁའ་མཛད་ཅན་ལ་འབྲི་དུ་མ་འཛོལ་ཆར་དར་སྤྱར་ལ་བཏང་ངོ་། བད་ལྷན་ཅན་
 ལ་ཤོ་ཆ་ཆར་དར་སྤྱར་ལ་བཏང་ངོ་། ལྷུ་མ་ཆ་ལུང་ཤར་གར་ལུ་མ་ཤི་རྒྱ་དང་
 སྤྱར་ལ་སྤྱུག་ལ་བཏང་ངོ་། རི་ཤོ་མ་ཤི་རྒྱ་བའི་རྒྱ་བསྐོལ་ཏེ། བསྐོལ་
 བ་དང་བཏགས་ཏེ་ཤོ་མ་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་ངོ་། ལྷུ་བཞུག་ཤི། རྒྱ་གར་དང་།
 གུར་གུམ། ལི་ལི། ཀར་བཏང་ན་མཆོད་པའི་ཆོད་པེལ། ལྷུ་མ་བཞུགས་

མཆོད་མར་དུ་བསྐོས་ཏེ་སྒྲུབ་དུ་ཉིག་གོ། རྒྱལ་ཚུན་དེ་ཕྱི་མོང་མར་དང་སྒྲུབ་ཏེ་
 ལུ་བ་སྒྲུབ་ཏིག་གོ། གཤམ་གསུ་དུ་བུ་མེ། རྒྱལ་ཚུན་དང་། སྤེལ་ལིང་དང་། མར་
 རེངས་བུ་ཡང་བཏང་དོ། ཡང་ན་དྲག་པོ་ཤོག་ཤིང་དང་། ཚུད་པེལ་ལིང་
 དང་ཆར་དང་སྒྲུབ་ལ་ཕྱེ་ཕྱར་བཏང་དོ། ཡང་ན་ཚུད་དུ་དཔ་དང་། བུ་ལྟོག་
 དང་ཆར་ལུ་པོ་དོད་དང་བཏང་དོ། ཡང་ན་ཚུད་དུ་ཕྱི་དང་ལྷུ་མ་ཅུ་དང་།
 ཤིང་ཐང་ཆུ་ཅན་གྱི་ཚོར་མ་དང་། ཆར་དང་མར་ནག་སྒྲུབ་ལ་བཏང་དོ། ཚུད་
 མར་དང་སྒྲུབ་དང་རྒྱལ་ཚུན་དང་དེ་རྒྱལ་མ་རེངས་བུ་མར་དུ་བཏང་དོ། ལྷིར་
 རྒྱལ་མ་པེལ་འཇམ་ཅི་མེ། ཚུ་སྒྲུབ་པོ་དང་རྒྱལ་ཚུན་དང་། ཤིང་ལྷན་དང་། ལོ་སྟོན་
 དང་། རྟེན་བརྟན་དང་། ཨ་འབྲུམ་དང་། འཇམ་འབྲུམ་དང་སྒྲུབ་ཏེ་མན་
 རག་ལྟར་བཏང་དོ། ཡང་ན་མར་དང་པོ་མེའི་ནང་དུ་རྟེན་བརྟན་དང་འཇམ་
 འབྲུམ་དང་གཤམ་འབྲུམ་བསྐོས་ཏེ། མར་ཉི་མོ་བྟན་པེལ་ལིང་དུ་ཚུ་བགས་ལུ་
 དང་། ལོ་སྟོན་དང་། ཤིང་ལྷན་རྒྱུ་ཚུ་བཏང་བ་སྟེ་ཚུ་ལ་ལེན་དུ་གཏོང་། བུ་
 འཇམ་མེ་བཟང་དུ་གདང་བཟུང་བུ་གསུམ་དང་ཁ་ཅུ་ཚོ་ དཔྱི་མོར་། ཅི་ཏྲ་ཀ་
 དུར་ཕྱི་དང་གཤམ་ཚག་པོ་ནལ་ལ་བཏང་དོ། ཡང་ན་ཚུ་བུ་པོ་དང་རྒྱལ་ཚུན་
 དང་། ཁ་ཅུ་ཚུ་དང་དུར་ཕྱི་དང་པོ་མོ་ཆ་དང་། ཤུ་ལ་སྒྲུབ་ཏེ་བཏང་དོ།

ལམ་རྒྱལ་པ་པྲ་གང་ཕྱི་དང་ཕྱི་ཚུན་པུ་ཤོད་དང་། ལོག་ལོན་དང་། རེས་སྟོན་
 བེ་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱུང་། གང་ལ་གང་ལ་ཕྱོག་མེ་བྱུ་མེའི་མན་རག་གོ། ལམ་
 རྒྱལ་པ་པྲ་ཐོག་གསུ་མོ།

བྱ་བེའི་དུ་དུ་ལམ་ ཞག་པེའི་ལོང་ནས་སྒྲུབ་དང་ཚུད་ཚིང་དང་པོ་ལོ་
 དང་དུ་ལས་པ་དང་བཅུ་སྟངས་། རྟེན་དང་། ཚོགས་ལུ་དང་། ཟན་བག་པེ་
 བཏང་དོ། དེ་ནས་རྟེན་མོ་སྒྲུབ་ཀྱི་པེལ་དང་། བུ་ལྟོག་པསྐོས་ལ་བཏང་། བྱ་
 དྲགས་ཅམ་ན་སྒྲུབ་དུ་བཏང་། དེ་ནས་ཉི་མ་ཤར་ནས་སྒྲུབ་བག་ཅམ་དུ་གཞན་
 ལྷུ་ལ་ཆར་དང་སྒྲུབ་ནས་བཏང་དོ། སྒྲུབ་བཏང་ཚོ་ཟེམ་ལྟེ་བུ་བཏང་དོ།
 རྒྱུད་དང་གང་བཟུང་དོ། དེ་ནས་དུ་མ་རེ་གཏང་དོ། བར་པེལ་ལུ་དང་ཟན་
 བཏང་དོ། ཁ་ཟེམ་ཆར་སྟེང་གུ་གྲུ་པེའི་ལྷན་དང་། བཟང་དུ་གཞན་གཞི་
 སྒྲུབ་ཞིང་གཏོང་། ཤིང་ཅུ་རྟེན་ལུ་གང་། ལུར་དཀར་སྟེ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་
 ཤིང་། བྱ་སྒྲུབ་བཟེགས་ རྟེན་

བན་རྒྱལ་མེ་སྒྲུབ་ཤེས་པོར་ལ་བཞུ། ལག་ཞན་དོན་བྱམས་པ་དེ་ལ་པདྱད། ལམ་
 མེམས་ཅན་ཉི་མོ་མོང་ས་ནང་དང་ལྷག་ཏུ་མ་གཟེར་བཏང་། བན་མེལ་སྒྲུབ་བར

56

43

འགྱུར། །མེད་དོན་ཆེན་པོ་བརྒྱུ་ཡོང་པ་དང་ཤག་ཅོད། །ཤེས་ལ་རྒྱ་འཕུང་
 ཕྱིར་འཇིང་དུ་ཆུང་འགྲོ། །ཞེད་རྒྱུང་ཉམ་རྒྱུང་སྒྲིག་ཅིང་རྒྱུང་ནད་སྒྲིབ། །
 འོག་རྒྱུང་ཉམ་རྒྱུང་སྒྲིབ་ཅིང་ཕྱིར་བར་བྱེད། །ཞེད་རྒྱུང་ཉམ་རྒྱུང་ཕྱིར་བར་བྱེད་སྒྲིབ་
 ཆོད་ཕྱིར་སྒྲིབ། འོག་རྒྱུང་སྒྲིབ་པ་ལུས་ཟུང་སེམས་ལུས་འགྲུ། །ནད་མེད་རང་
 བཞིན་གནས་པའི་ཕན་ཚུན་རྒྱུང་འཁྲིམ་དང་། །བད་གན་པོ་བམེད་དོན་ཉམ་སྒྲིབ་
 པར་བྱེད་པ་སྒྲིབ། །མཁའ་ལ་མའི་གྲང་བས་མེད་དོན་རྒྱུ་ལུས་པས། །ཤེས་རྒྱུ་སྒྲིབ་
 བསྐྱུང་བས་ནད་རྒྱུ་སྒྲིབ་ཀྱང་དག་པོ་ལ། །དེས་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིག་སེམས་མ་མཆོག་ཏུ་
 སྒྲིབ། །ཀྱི་བའི་ནད་དང་ཡང་བའི་ནད་ལ་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །རི་མས་དང་
 ཁྲག་ལོག་སེམས་མ་ཁྱུ་སྒྲིབ་ནད། །རྒྱུ་ཆ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་མཉམ་སྒྲིབ། །འི་ཡི་
 ལིང་སྒྲིབ་ཅི་ཉི་དག་འཁྱེད་མང་རྒྱུ་སྒྲིབ། ཁྲག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་ནས་བསྒྲིབ་
 ལ་བཟང་བས་ནད་ཀྱང་པོ་ལ། །རས་ཆོད་གསུ་ལུ་མ་མཁའ་ལ་མཆོག་ཏུ་
 གསུང་ནད་རྒྱུ་སྒྲིབ་སེམས་ལུ་བྱེད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པའི། །མེས་ཅན་ཅན་ཅན་
 བས་ལ་ཕྱིར་ཡི་དམ་ཞུ་མ་ཐོང་བའི། །མཁའ་པ་འགྲོས་ལུང་བསྐྱུ་ལག་རྒྱུ་
 དེས་ཀྱིས་འགྲོད། །མེས་ཅན་དོན་དུ་འགྲོ་པ་ཕན་ཐོག་པོ་ཞོག། །རང་ཆོ་
 བྱེད་ཅིང་སྒྲིབ་དཔོན་གསུང་བདད། །དཔེ་འཁྲུར་དུ་གཏེར་ཁ་ཐོག་ཏེ་བདད། །

གདམས་ངག་མེད་ཅིང་གསུ་ལུ་བྱེད་པ་ལ། །བསྐྱུ་ལ་པའི་མཁའ་ལུང་འདི་
 དང་མི་འཕྲད་ཤོག། །བདག་ནི་ནད་རྒྱུ་སྒྲིབ་ཆོ་བྱེད་གཞོན་ཞུ་བས། །རྒྱུ་
 དཔེ་ཆོད་པ་འོང་བར་མི་རིགས་དེ། །ཁོངས་པག་ལ་མེད་ཀྱང་ཆད་པས་ལག་
 པ་བཅད། །འོད་ལུ་ལ་སྒྲིག་སེམས་བསྐྱུ་དུ་ཆེ་ཆར་བྱུར། །མེས་པུ་ཅན་
 ལ་སྒྲིབ་མེ་བཀྱག་པར་ཤོག། །ཤོག་སེམས་མོ། །

སྒྲིབ་ཤེས་མེས་ཅན་ཀྱང་ལ་འགྲོ་བའི་དོན་མཆོད་པའི། །དྲུང་སྒྲིབ་
 མེད་མེས་ཆོ་ཡི་རིགས་བྱེད་དེ་ལ་བྱག་འཛུལ་ལོ། །མང་སྒྲིབ་པར་གྱི་བཞེད་
 གཞུང་གིས། །ནད་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིབ་དུག། །དེ་རྒྱུ་སྒྲིབ་ལེགས་པར་གསོ་
 དག་འདོད། །དེའི་བཅོས་པ་མེད་རྒྱུ་སྒྲིབ་པའདྲ་བྱུ། །མཁྲིས་པ་ལགས་ལ་
 འགྲུ་སྒྲིབ་པ་གྲུ་ལུ་ལུ་ཆ་དང་། །སྒྲིབ་པའི་བར་ཀྱང་མེས་པུ་ཅན་རྒྱུ་རྒྱུ་
 མང་དུ་བསྐྱུ་ལ་ཁར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གཏོང་། །སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་བསྐྱུ་བྱུ་
 མེས་པུ་ཅན་སྒྲིབ་ལ་བཟང་། །མཁྲིས་པ་ལག་ལ་ལྟུང་བྱེད་ལུ་མ་ཆུ་
 དང་། །གསེར་གྱི་མེ་དོག་གྱི་ཕྱེ་བ། །ཀུལ་དང་གྲུ་ལུ་སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་སྒྲིབ་
 མང་དུ་བསྐྱུ་ལ་ཁར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གཏོང་། །སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་བསྐྱུ་བྱུ་
 མེས་པུ་ཅན་སྒྲིབ་ལ་བསྐྱུ། །འཕྱུང་བདག་ཀྱང་བསེལ་དང་གཏོང་

མགོད་ཅུམ་པ་བརྒྱུད་པ་གཏོང་། རྟེན་དང་བྱུག་པ་དེ་བཞིན་ཞེས་པར་
 བྱ། །དཔེ་ན་པར་བཟུང་ཅིང་སྒྲུབ་པའི་ཟུམ་ལ་བསྟེན། སྒྲུབ་མར་འཇམ་ཅི་
 རྟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན། །རུང་བ་དཀའ་ན་སྒྲུང་ས་ཀྱིས་སྒྲུབ་ས་ལ་ལ། །དེ་ཆེས་
 གོང་གི་རིམ་པ་མ་ཞོར་བྱ། །རུང་གསོ་བའི་ཅེས་པ་ནི། ཞོ་བཙོས་པའི་ནང་དུ་
 ད་ཅིག་དང་། མོ་ཆར་རྒྱམས་བཅུད་སྟེ་བཅུད་ན་པ་ཁྱེད་པ་ལུས་གཏོང་།
 ཁྱད་པར་བྱེས་པའི་པ་ཁྱེད་གཏོང་། ཚོ་བའི་པ་ཁྱེད་པ་ལུན་རིང་ན། མཛོ་ཞོ་མ་
 བསྟོལ་རྒྱུ་མ་པ་མ་བཅུད་པ། ཞག་གསུམ་གཏར་ན་པ་ཁྱེད་པ་མམས་ཅད་གཏོང་།
 དོ། ། རུང་གིས་ལཱ་བྱེད་བཅུད་པ་ལ། ཚང་རིམ་གཏོང་གསུམ་བཅུད་པ་དེ།
 ཆག་ཆོ་ཅོས་དུ་བཅུག་ས་ལ་ཆུ་བྱེ་གསུམ་ནང་དུ་གསུམ། ལུལ་དོ་ཅོས་ལུས་པ་
 བཅུད་ན་ཆད་དོ། ཅིས་ཀྱང་མ་ཆད་ན་ཆོག་ས་པ་བཅུ་གསུམ་དང་ལྟེ་བ་རྒྱམས་
 སྒྲོམ་དུ་བསྟེན་གོ། ཐོ་བའི་དཀྱིལ་བསྟེན། མཁྱིམ་པའི་ཁྱག་གཟེར་ཞེས་པ་
 བློ། མཁྱིམ་པའི་མེ་རྒྱིམ་ཁྱག་སྟེད་པ་སྟེ། མང་དང་གཏར་པ་ལོ། རུང་
 གི་སྟོང་གཟེར་ཞེས་པ་ནི། ལཛོ་བ་ཟད་རུང་སྟོང་ས་པ་སྟེ། བསྒྲུ་མ་ཉེ་བྱ།
 བཅུད་བཅུད་དོ། བད་ཀན་རུང་གཟེར་ཞེས་པ་ནི། བད་ཀན་གྱི་རུང་སྟོང་དུ་
 མོང་བ་སྟེ་མ་རྒྱའི་མང་གཏོང་། མཁྱིམ་པ་མང་ལ་རྟེན་པ་ས་སྒྲུག་ས་པ་ཅེས་པ་

བློ། མཁྱིམ་པ་མོ་བར་ལུད་པ་ས་ལུད་པ་སྟེ། གསེར་གྱི་མེ་རྒྱ་ཉི་ལུང་ག་
 མོ་རུང་རྒྱམས་ཞིབ་དུ་བཅུག་ས། ཆུ་ནང་དུ་བསྟོལ་ལ་གཏོང་དོ། རུང་སྟོང་
 པར་རྒྱག་ཅེས་པ་ནི། དག་པོར་རྒྱག་ས་པའི་ཆེས་ལ་སྟོང་སྒྲུག་ས་སྟེད་པ་ནི།
 རྒྱ་ཉི་ཆང་ཞིམ་ཁ་རུ་ཆ་རྒྱམས་བཅུད་པ། །བད་ཀན་རྒྱ་ན་ནི་སྒྲུག་ས་པ་ཡིན། །
 ཞེས་པ་ནི། ཐོ་བའི་ནང་དུ་ཞག་ཆག་ས་པ་དང་། ཞེས་པ་མ་དཔེ་འདྲིའི་མཇུག་མེ་
 འདུག་ལག་ས།

ནོར།	པོའོམ།	ནོར།	པོའོམ།
2 བཅས་ཐབས་ལྟུ་	ཐུར་ཐབས་ལྟུ་	5 ཁོང་མུ་	ཁོང་མུ་མ།
2 དམ་ཚིག་གཉིས་པ་	དམ་ཚིག་ཉམས་པ་	6 བལ་ཕྱོག་	བས་བལྟགས།
8 བ་འདུལ་འབར་	བར་ལྟུ་འབར།	8 རྩ་བུ་ཉར་	ཉུལ།
14 རྩལ་ལྟུ་ཐམ་	མཚེལ་ལྟུ་ཐམ།	17 ག་ཡ་	ག་གའ་ཡ།
30 དབྱ་ལྟུ་	དབྱ་ལྟུ་	32 ལང་ཚོ་ལི་	ལང་ཚོ་ལི་
34 མཐག་དཀར་བུ་	ཐམ་ཀར་བུ།	44 རྩེ་ལྟུ་	རྩེ་ལྟུ་
46 མན་བཅད་	མན་ཅད།	48 རྩིང་ལྟུ་	ལིང་ལྟུ་
50 མེ་རུ་	མེ་བཅད།	50 རྩེ་མེས་	རྩེ་མེས་
51 རྩེ་དོམ་	ལྟུ་འོམ།	51 རྩང་ལྟུ་ལ་	ལྩང་ལྟུ་ལ་
51 ཡ་བ་ཤར་	ཡ་བལྟུ་ར།	51 བལྟུ་ལ་	ལཅལ།
52 ཉི་ལྟུ་	ཉུར་ལྟུ་	52 དང་ལ།	དང་ལ།
52 རྩང་མ་ལྟུ་ལྟུ་	ཐང་མ་ལྟུ་ལྟུ་	58 ལྟུ་ལ་མ་	ལྟུ་ལ་མ།
59 ཉི་ལྟུ་	ཉི་དག་ལ།	59 རྩེ་གཉིར་	ལྟུ་གཉིར།
61 ཉུལ་ག་	ཉུལ།		



བླ་མ་པུ་ཡུ་ཤེ་ཐུ་གྲོ་པུ་མ་རྩ་གྲོ་

Sman dpyad rin chen 'dul po a lha ra'i
nam ngag

"A collection of two medical instructions of the
tradition of Bu'i'd Phyag rdum"

EDITED AND ARRANGED BY
DR. TASHI Y. TASHIGANG

Dr. Tashi Yangphel Tashigang was born in 1938 in a family of a traditional physician in a village Nimo (Leh, Ladakh), India. He received initial medical teaching from his physician grandfather, Ven. Bund nam nor bu lha rje, in Ladakh. Thereafter, he practised as a physician in his village before going on to further his studies in Medicine and Astrology in the Lhasa Mentokhang Medical College, under the tutelage of a renowned teacher Ven. Mkhyen rab nor bu (founder of the Lhasa Mentokhang Medical College).

After returning to India in the fall of 1959, he practised as a physician in a clinic at Dharamshala (Himachal Pradesh, India), managed under the patronage and blessing of His Holiness the 14th Dalai Lama.

Later in 1968, he joined the U.S. Library of Congress (USLC) office at New Delhi as a Tibetan language specialist. He assisted and worked under Mr. E. Gene Smith (Director of USLC, New Delhi field office) in the acquisition and cataloguing of Tibetan Buddhist literature, philosophy, religious texts, and various other texts, which were collected from the Himalayan regions of Ladakh, Nepal, Sikkim, and Bhutan.

In 1978, he realised his vision that inspired him to establish a Centre, Institute of Tibetan Medicine (Delhi, India), where he worked as an honorary physician. After a career span of 17 years at USLC, he became a full time physician and pharmacologist at the Institute, which he renamed it as Tashigang Memorial Centre. He had a vast experience of 45 years in the field of Tibetan medicine. He also introduced Simantitis Shering Spendford series publication, and as of today, has published around 251 volumes of book, which includes subjects like Tibetan Buddhist literature, philosophy, astrology, religious texts, history, medical textbooks, and others.

He has travelled extensively to various countries including, U.S.A., European Union, and Tibet, China and has delivered lectures on a traditional Tibetan medicine. He was involved in various researches with his western counterpart in the field Tibetan medicine and contemporary new emerging science.

He is also an active member of Scientific Advisory Committee (SAC), Central Council for Research in Ayurveda and Siddha, New Delhi (an autonomous organisation under Ministry of Health & Family Welfare, Govt of India).

